

Weekly Menu



日曜日	3月31日 (月)	4月1日 (火)	4月2日 (水)	4月3日 (木)	4月4日 (金)	4月5日 (土)	4月6日 (日)				
朝 食	<p>ごあいさつ</p> <p>この度、4月4日（金）より、 食堂の運営をさせて頂くことになりました。</p> <p>皆様に親しまれる「くつろぎの場」となりますよう、 従業員一同、 一所懸命努力する決意でございます。</p> <p>何卒、未永くご愛顧賜りますよう、 お願い申し上げます。</p> <p>コンパスグループ・ジャパン株式会社 従業員一同</p>								ハンバーグ ウイナーと野菜のソテー じゃが芋とわかめの味噌汁 ドリンク	目玉焼き いんげんと白滝の 柚子しょうゆ 玉葱と油揚げの味噌汁 ドリンク	
								A	A	A	
								B	B	B	
栄養価 A定食 B定食						E P F C S 578 18.4 17.7 89.7 2.6 583 20.3 24.4 71.9 3.7 kcal g g g g	E P F C S 556 19.3 16.1 85.7 2.1 561 21.2 22.8 67.9 3.2 kcal g g g g				
昼 食									揚げ鶏のネギ南蛮だれ	人気メニュー チャーハンWITH 豚の生姜焼き	
									ポテトとアボカドの辛子マヨネーズ和え キャベツと玉葱のスープ ご飯	大根のピリ辛和え わかめスープ	
								E P F C S 772 26.1 28.5 104.7 4.8 kcal g g g g	E P F C S 608 17.8 16.7 99.8 5.5 kcal g g g g		
栄養価						A	A	A			
夕 食									鶏の西京みそ焼き	メンチカツと ピーマン肉詰めフライ	ささみマヨかつ
									豚肉ときのこのぼん酢炒め		
								AB共通メニュー	ポテトの磯辺揚げ オレンジ 巻麩とワカメのすまし汁 ご飯	きのこあんかけ豆腐 パイン寒天ゼリー もやしとわかめの味噌汁 ご飯	大根とえんどうの コンソメ煮 フルーチェ イチゴ 大根とわかめの味噌汁 ご飯
栄養価 A定食 B定食						E P F C S 806 37.3 25.1 109.7 4.5 592 20.0 13.2 102.9 2.0 kcal g g g g	E P F C S 810 17.6 25.9 130.6 2.6 kcal g g g g	E P F C S 899 22.4 36.0 125.2 4.0 kcal g g g g			

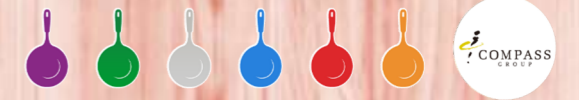
栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量

※昼食の汁物は、定食・丼の場合にセットとなります。

いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

コンタミネーション…厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。

Weekly Menu



日曜日	4月7日 (月)	4月8日 (火)	4月9日 (水)	4月10日 (木)	4月11日 (金)	4月12日 (土)	4月13日 (日)	
朝食	ミックススクランブル ポテトサラダ 豆腐とわかめの味噌汁 ドリンク	肉入りコロッケ ブロッコリーのガーリック炒め 大根と油揚げの味噌汁 ドリンク	一口つねの照り焼き れんこんポテトサラダ キャベツともやしの味噌汁 ドリンク	ウィンナー 小松菜とコーンのじゃこ和え じゃが芋とキャベツの味噌汁 ドリンク	ピーマン肉詰めフライ いんげんとベーコンのソテー キャベツと玉葱の味噌汁 ドリンク	厚揚げのそぼろあん ハム じゃが芋とわかめの味噌汁 ドリンク	ミートオムレツ ピーマンのおかか和え わかめと玉葱の味噌汁 ドリンク	
	A ご飯	A ご飯	A ご飯	A ご飯	A ご飯	A ご飯	A ご飯	
	B パン・ジャム	B パン・ジャム	B パン・ジャム	B パン・ジャム	B パン・ジャム	B パン・ジャム	B パン・ジャム	
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	
	A定食 605 19.9 20.0 88.1 2.5 B定食 610 21.8 26.7 70.7 3.6 kcal g g g g	A定食 617 16.1 19.1 99.1 2.0 B定食 622 18.0 25.8 81.7 3.1 kcal g g g g	A定食 600 17.6 19.9 90.7 2.0 B定食 605 19.5 26.6 73.3 3.1 kcal g g g g	A定食 562 19.9 17.9 83.2 2.8 B定食 567 21.8 24.6 65.8 3.9 kcal g g g g	A定食 543 15.0 16.0 89.7 2.1 B定食 548 16.9 22.7 72.3 3.2 kcal g g g g	A定食 510 16.8 9.2 91.9 2.3 B定食 515 18.7 15.9 74.5 3.4 kcal g g g g	A定食 498 16.3 10.3 88.5 2.4 B定食 503 18.2 17.0 71.1 3.5 kcal g g g g	
昼食	味玉醤油らーめん 肉団子の旨煮 ご飯	ハンバーグ デミグラスソース 人参のナムル キャベツと玉葱の味噌汁 ご飯	けんちんうどん 野菜コロッケ ご飯	豚肉の生姜焼き丼 オクラの梅おかか和え わかめと玉葱の味噌汁 ご飯	ビーフカレー ミックスサラダ ご飯	ベーコンとほうれん草の 和風スパゲティ ポテトの明太ソース 巻麩とワカメのすまし汁 ご飯	チャーハンWITH 肉そぼろ キュウリの中華和え 春雨スープ	
	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	
	A定食 843 31.7 15.6 140.9 10.8 B定食 843 31.7 15.6 140.9 10.8 kcal g g g g	A定食 717 22.9 18.1 119.0 3.7 B定食 717 22.9 18.1 119.0 3.7 kcal g g g g	A定食 818 21.9 15.4 148.0 6.1 B定食 818 21.9 15.4 148.0 6.1 kcal g g g g	A定食 657 25.3 15.5 109.2 3.7 B定食 657 25.3 15.5 109.2 3.7 kcal g g g g	A定食 657 11.7 21.8 108.6 4.4 B定食 657 11.7 21.8 108.6 4.4 kcal g g g g	A定食 886 23.5 25.7 151.7 3.9 B定食 886 23.5 25.7 151.7 3.9 kcal g g g g	A定食 726 18.7 24.3 109.8 6.4 B定食 726 18.7 24.3 109.8 6.4 kcal g g g g	
	夕食	開店記念 【入学・進級お祝い】 食堂人気メニュー メニュープレート	A 鶏肉のパン粉焼きカレー風味	A チキンの香味揚げ	A 鶏肉と根菜の甘酢	A 鶏肉のチーズピカタ	A とんてき(四日市)	A ソーセージのカツ
			B 豚野菜巻きフライと玉子サラダフライ	B イパコト 【広島】呉の肉じゃが	B 茹で豚とブロッコリーのねぎソース	B 魚を食へよう たらザンギ		
AB共通メニュー 切干大根の炒め煮 蒟蒻ぶどうゼリー 豆腐とわかめの味噌汁 ご飯			AB共通メニュー ピーマンの三色マリネ フルーツヨーグルト わかめと玉葱の味噌汁 ご飯	AB共通メニュー 焼きうどん(醤油味) みかん寒天ゼリー 大根と油揚げの味噌汁 ご飯	AB共通メニュー さつま芋のきんぴらバター風味 みたらし白玉 もやしとわかめの味噌汁 ご飯	AB共通メニュー ブロッコリーとコーンのマヨソース 黒糖ゼリー 玉葱と油揚げの味噌汁 ご飯	AB共通メニュー カリフラワーとエリンギのコンソメ煮 フルーチェミックスオレンジ キャベツともやしの味噌汁 ご飯	
E P F C S			E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S	E P F C S
A定食 1,111 23.1 52.3 139.1 4.8 B定食 1,111 23.1 52.3 139.1 4.8 kcal g g g g			A定食 852 34.9 24.1 126.7 2.8 B定食 758 17.8 21.6 126.6 2.9 kcal g g g g	A定食 779 28.5 21.9 120.8 3.5 B定食 767 17.7 18.4 136.7 5.5 kcal g g g g	A定食 926 27.2 26.4 145.9 4.8 B定食 694 23.8 14.2 120.9 3.3 kcal g g g g	A定食 936 33.0 21.6 153.5 4.9 B定食 715 19.5 6.8 142.5 4.4 kcal g g g g	A定食 841 27.2 26.9 123.5 4.4 B定食 841 27.2 26.9 123.5 4.4 kcal g g g g	A定食 687 18.2 17.7 119.9 3.0 B定食 687 18.2 17.7 119.9 3.0 kcal g g g g

栄養価表示 E:エネルギー P:たんぱく質 F:脂質 C:炭水化物 S:食塩相当量

※昼食の汁物は、定食・丼の場合にセットとなります。

いつもご利用いただき、ありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。

コンタミネーション…厨房では、あらゆる食材を取り扱っております。