

予定献立表

テーマ 阿蘇の厳しい寒さに負けない元気な体で冬を乗り切ろう！～あったかメニュー特集～

2017年～2018年

12・1・2月

阿蘇店

朝食		献立 No.1	献立 No.2	献立 No.3	献立 No.4	献立 No.5
主食	1	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	2	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ
	3	ロールパン	食パン	ロールパン	食パン	ロールパン
汁物	1	味噌汁(豆腐・わかめ)	味噌汁(キャベツ・油揚げ)	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	味噌汁[赤だし](なめこ・わかめ)	味噌汁(大根・油揚げ)
	2					
おかず	1	焼き魚(かたくちいわし)	生姜天ぷらの甘辛煮込み	焼き魚(ししゃも)	焼き魚(かたくちいわし)	焼き魚(さわら)
	2	オムレツ洋風あんかけ	ゆで卵	ほうれん草の卵とじ	厚焼き卵	スクランブルエッグ
	3	こんにゃくのきんぴら	香味野菜炒め	ミートボール(甘酢あん)	ひじきと白滝の煮付け	切干大根煮
	4	白菜と油揚げのお浸し	スパサラダ	ポテトサラダ	マカロニサラダ	冬野菜の浅漬け風サラダ
	5	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	6					
	7					
	8					
果物	1	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ
嗜好品 A	1	味付海苔	納豆	味付海苔	納豆	味付海苔
	2	しば漬け	しば漬け	しば漬け	しば漬け	しば漬け
	3	つぼ漬	つぼ漬	つぼ漬	つぼ漬	つぼ漬
嗜好品 B	1	ふりかけ	ふりかけ	ふりかけ	ふりかけ	ふりかけ
	2	イチゴジャム	マーマレードジャム	イチゴジャム	マーマレードジャム	イチゴジャム
	3	マーガリン	マーガリン	マーガリン	マーガリン	マーガリン
飲物	1	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	2	コーヒー	コーヒー	コーヒー	コーヒー	コーヒー
	3	オレンジジュース・野菜ジュース	オレンジジュース・野菜ジュース	オレンジジュース・野菜ジュース	オレンジジュース・野菜ジュース	オレンジジュース・野菜ジュース
	4	ウーロン茶・煎茶	ウーロン茶・煎茶	ウーロン茶・煎茶	ウーロン茶・煎茶	ウーロン茶・煎茶
昼食		献立 No.1	献立 No.2	献立 No.3	献立 No.4	献立 No.5
主食	1	ご飯・おかゆ	ご飯・おかゆ	ご飯・おかゆ	ご飯・おかゆ	ご飯・おかゆ
	2	食パン	食パン	食パン	食パン	食パン
	3		チキンカレー			
麺類	1	ちゃんぽん		のっぺ汁	ネギ味噌ラーメン	けんちんうどん
おかず	1	コロッケ	豚肉の柚子胡椒炒め	回鍋肉	肉団子のトマト煮	豚キムチ炒め
	2	わかさぎのマリネ	白身魚フライ	ブリの照り焼き	秋刀魚のエスカベージュ	白身魚フライ
	3	人参しりしり	茶碗蒸し風	フライドポテト	鶏じゃが	田作り風
	4	かぼちゃの香草焼き	大根とがんもの煮物	五目煮	れんこんとごぼうのきんぴら	冬野菜肉味噌あんかけ
	5	かみかみサラダ	里芋のさっぱり和風サラダ	明太スパサラダ	カブとりんごのサラダ	マセドアンサラダ
	6	大根のマヨゆかり和え	ブロッコリータルタルサラダ	大根と人参のなます(柚子風)	春菊のごま和え	大根と水菜のじゃこサラダ
	7	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	8					
果物	1	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ
嗜好品 A	1	高菜漬け	らっきょ	高菜漬け	高菜漬け	高菜漬け
	2	紅しょうが	福神漬け	しば漬け	紅しょうが	しば漬け
	3	マーマレードジャム	いちごジャム	マーマレードジャム	いちごジャム	マーマレードジャム
飲物	1	コーヒー	コーヒー	コーヒー	コーヒー	コーヒー
	2	オレンジジュース・野菜ジュース	オレンジジュース・野菜ジュース	オレンジジュース・野菜ジュース	オレンジジュース・野菜ジュース	オレンジジュース・野菜ジュース
	3	ウーロン茶・煎茶	ウーロン茶・煎茶	ウーロン茶・煎茶	ウーロン茶・煎茶	ウーロン茶・煎茶
	4					
夕食		献立 No.1	献立 No.2	献立 No.3	献立 No.4	献立 No.5
主食	1	ごはん・おかゆ	ごはん・おかゆ	ごはん・おかゆ	ごはん・おかゆ	ごはん・おかゆ
	2	きららハヤシライス	豚汁	シチュー・オンザ・ライス	冬野菜カレー	だご汁
	3	高菜めし(コーン)	高菜めし(ゴマ)	高菜めし(わかめ)	高菜めし(コーン)	高菜めし(じゃこ)
汁物	1					
おかず	1	鶏肉と冬野菜の塩麹焼き	チキンカツ卵とじ風	ハンバーグ	ロールキャベツトマト煮込み	キャベツメンチカツ
	2	ブリ大根	グリルカルパッチョ	エビカツ	きびなごのマリネ	グラタン
	3	フライドポテト磯辺風	湯豆腐	和風ポトフ	フライドポテトコンソメ風	大学芋
	4	ニラもやしソテー	春菊とベーコンのバター醤油炒め	もやしとメンマのソテー	かぼちゃのそぼろ煮	おでん風煮
	5	イタリアンサラダ	さつま芋のマヨマスタード和え	シーザーサラダ	海藻ツナサラダ	水菜と蒸し鶏の柚子胡椒マヨ和え
	6	はんぺんサラダ	もやしのナムル	ほうれん草の白和え	イカとわかめの酢味噌和え	ごぼうサラダ
	7	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
	8					
果物	1	フルーツ&寒天	ヨーグルト和え	フルーツ&寒天	ヨーグルト和え	ヨーグルト和え
嗜好品 A	1	福神漬け	かつば漬け	福神漬け	福神漬け	かつば漬け
	2	らっきょ	紅しょうが	らっきょ	らっきょ	紅しょうが
	3					
飲物	1	コーヒー	コーヒー	コーヒー	コーヒー	コーヒー
	2	オレンジジュース・野菜ジュース	オレンジジュース・野菜ジュース	オレンジジュース・野菜ジュース	オレンジジュース・野菜ジュース	オレンジジュース・野菜ジュース
	3	ウーロン茶・煎茶	ウーロン茶・煎茶	ウーロン茶・煎茶	ウーロン茶・煎茶	ウーロン茶・煎茶
	4					

*仕入の都合により献立変更する場合があります。

■ 新メニュー
■ 季節の食材を使ったメニュー

日付 12月1. 6. 11. 16. 21. 26 1月1. 6. 11. 16. 21. 26. 31 2月5. 10. 15. 20. 25

NO.1		アレルギー食品							
朝食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
汁物	味噌汁(豆腐・わかめ)		○	○					大豆
おかず	焼き魚(かたくちいわし)								
	オムレツ洋風あんかけ	○	○	○					大豆・鶏肉
	こんにゃくのきんぴら		○	○					大豆・ごま
	白菜と油揚げのお浸し			○					大豆・さば
	生野菜								
昼食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
麺類	ちゃんぽん	○	○	○		△			大豆・鶏肉・豚肉・牛肉・ゼラチン・ごま
おかず	コロッケ	○	○	○					大豆・鶏肉
	わかさぎのマリネ			○					大豆
	人参しりしり			○					大豆・さば・ごま
	かぼちゃの香草焼き	△	○	○					大豆・鶏肉・豚肉・※
	かみかみサラダ	○	○	○	○				大豆・豚肉・さば
	大根のマヨゆかり和え	○		○					大豆
	生野菜								
夕食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
丼ぶり	きららハヤシライス			○					大豆・豚肉・牛肉
おかず	鶏肉と冬野菜の塩麹焼き								大豆・鶏肉
	ブリ大根		○	○					大豆
	フライドポテト磯辺風			○					
	ニラもやしソテー								大豆・豚肉・鶏肉・牛肉・ゼラチン
	イタリアンサラダ								大豆・りんご
	はんぺんサラダ	○	△	○			△	△	大豆・やまいも・ごま・りんご
	生野菜								
	フルーツ&寒天		○						もも

△はコンタミ表示

*仕入の都合により献立変更する場合があります。

※ かぼちゃの香草焼きのコンタミ表示:りんご・さば・鮭・やまいも・牛肉・ゼラチン

※その他の表示は、あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、鮭、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、ごま、カシューナッツ、貝類の21品目が該当する場合表示しています。

※上記以外のアレルギーをお持ちの方、またアレルギーに関するご質問等は、

レストラン電話(0967-22-1621)、メールアドレス(69001@compass-jpn.com)へお問い合わせください。

日付 12月2. 7. 12. 17. 22. 27 1月2. 7. 12. 17. 22. 27 2月1. 6. 11. 16. 21. 26

NO.2		アレルギー食品							
朝食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
汁物	味噌汁(キャベツ・油揚げ)		○	○					大豆
おかず	生姜天ぷらの甘辛煮込み	○	△	○			△	△	大豆
	ゆで卵	○							
	香味野菜炒め								貝類・豚肉・ごま
	スパサラダ	○	○	○					大豆・豚肉
	生野菜								
昼食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
主食	チキンカレー			○					大豆・牛肉・鶏肉
おかず	豚肉の柚子胡椒炒め			○					大豆・豚肉
	白身魚フライ			○					
	茶碗蒸し風	○		○					大豆・さば
	大根とがんもの煮物		○	○					大豆・ごま
	里芋のさっぱり和風サラダ			○					大豆・さば・りんご
	ブロッコリータルタルサラダ	○							大豆
	生野菜								
夕食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
丼ぶり	豚汁		○	○					大豆・豚肉
おかず	チキンカツ卵とじ風	○	○	○					大豆・鶏肉・さば・※
	グリルカルパッチョ	○	△	○			△	△	大豆・やまいも・りんご・鮭
	湯豆腐								大豆
	春菊とベーコンのバター醤油炒め	○	○	○			△	△	大豆・豚肉
	さつま芋のマヨマスタード和え	○							大豆
	もやしのナムル			○					大豆・豚肉・鶏肉・ごま
	生野菜								
	ヨーグルト和え	○	○	○					大豆・もも

△はコンタミ表示

*仕入の都合により献立変更する場合があります。

※ チキンカツ卵とじ風のコンタミ表示: 豚肉・牛肉・りんご・ゼラチン

※その他の表示は、あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、鮭、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、ごま、カシューナッツ、貝類の21品目が該当する場合表示しています。

※上記以外のアレルギーをお持ちの方、またアレルギーに関するご質問等は、

レストラン電話(0967-22-1621)、メールアドレス(69001@compass-jpn.com)へお問い合わせください。

日付 12月3. 8. 13. 18. 23. 28 | 1月3. 8. 13. 18. 23. 28 | 2月2. 7. 12. 17. 22. 27

NO.3		アレルギー食品							
朝食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
汁物	味噌汁(玉ねぎ・わかめ)		○	○					大豆
おかず	焼き魚(ししゃも)								
	ほうれん草の卵とじ	○	○	○					大豆
	ミートボール(甘酢あん)	△	○	○					大豆・豚肉・鶏肉・貝類・※
	ポテトサラダ	○							大豆
	生野菜								
昼食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
汁物	のっぺ汁		○	○					大豆・鶏肉
おかず	回鍋肉			○					大豆・ごま・りんご・豚肉
	ブリの照り焼き			○					大豆・鶏肉
	フライドポテト			○					
	五目煮		○	○					大豆
	明太スパサラダ	○	○	○				△	大豆・※1
	大根と人参のなます(柚子風)								大豆・ごま
	生野菜								
夕食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
丼ぶり	シチュー・オンザ・ライス		○	○					大豆・鶏肉・豚肉
おかず	ハンバーグ	△	○	○				△	大豆・鶏肉・豚肉・※2
	エビカツ			○				○	大豆・いか
	和風ポトフ	○	○	○			△	△	大豆・豚肉・鶏肉
	もやしとメンマのソテー			○					大豆
	シーザーサラダ	○	○	○					大豆
	ほうれん草の白和え			○					大豆・ごま
	生野菜								
	フルーツ&寒天		○						もも

△はコンタミ表示

*仕入の都合により献立変更する場合があります。

※ ミートボール(和風煮込み)のコンタミ表示:牛肉・りんご・ゼラチン

※1 明太スパサラダのコンタミ表示:鮭・ゼラチン・ごま

※2 ハンバーグのコンタミ表示:ゼラチン・ごま

※その他の表示は、あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、鮭、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、ごま、カシューナッツ、貝類の21品目が該当する場合表示しています。

※上記以外のアレルギーをお持ちの方、またアレルギーに関するご質問等は、

レストラン電話(0967-22-1621)、メールアドレス(69001@compass-jpn.com)へお問い合わせください。

日付 12月4. 9. 14. 19. 24. 29 | 1月4. 9. 14. 19. 24. 29 | 2月3. 8. 13. 18. 23. 28

NO.4		アレルギー食品							
朝食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
汁物	味噌汁[赤だし](なめこ・わかめ)		○	○					大豆
おかず	焼き魚(かたくちいわし)								
	厚焼き卵	○		○					大豆
	ひじきと白滝の煮付け		○	○					大豆
	マカロニサラダ	○	○	○					大豆・豚肉
	生野菜								
昼食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
麺類	ネギ味噌ラーメン	○		○		△			大豆・豚肉・鶏肉・ごま
おかず	肉団子のトマト煮	△	○	○					大豆・豚肉・鶏肉・※
	秋刀魚のエスカベージュ			○					大豆
	鶏じゃが		○	○					大豆・鶏肉
	れんこんとごぼうのきんぴら		○	○					大豆・ごま
	カブとりんごのサラダ								りんご
	春菊のごま和え			○					大豆・ごま・さば
	生野菜								
夕食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
丼ぶり	冬野菜カレー			○					大豆・牛肉
おかず	ロールキャベツマト煮込み		○	○					大豆・鶏肉・豚肉
	きびなごのマリネ			○					大豆
	フライドポテトコンソメ風			○					鶏肉・豚肉・牛肉・大豆・ゼラチン
	かぼちゃのそぼろ煮		○	○					大豆・豚肉
	海藻ツナサラダ			○					大豆・さば
	イカとわかめの酢味噌和え			○					大豆・いか
	生野菜								
	ヨーグルト和え	○	○	○					大豆・もも

△はコンタミ表示

*仕入の都合により献立変更する場合があります。

※ 肉団子のトマト煮のコンタミ表示:牛肉・りんご・ゼラチン・オレンジ・ごま・やまいも・魚貝類

※その他の表示は、あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、鮭、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、ごま、カシューナッツ、貝類の21品目が該当する場合表示しています。

※上記以外のアレルギーをお持ちの方、またアレルギーに関するご質問等は、

レストラン電話(0967-22-1621)、メールアドレス(69001@compass-jpn.com)へお問い合わせください。

日付 12月5. 10. 15. 20. 25. 30 | 1月5. 10. 15. 20. 25. 30 | 2月4. 9. 14. 19. 24

NO.5		アレルギー食品							
朝食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
汁物	味噌汁(大根・油揚げ)		○	○					大豆
おかず	焼き魚(さわら)								
	スクランブルエッグ	○	○	○					大豆・鶏肉
	切干大根煮		○	○					大豆
	冬野菜の浅漬け風サラダ			○					大豆・ごま
	生野菜								
昼食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
麺類	けんちんうどん			○					大豆・鶏肉・さば
おかず	豚キムチ炒め			○				○	大豆・りんご・ごま・豚肉
	白身魚フライ			○					
	田作り風			○					大豆・ごま
	冬野菜肉味噌あんかけ			○					大豆・豚肉
	マセドアンサラダ	○							大豆
	大根と水菜のじゃこサラダ			○					大豆・りんご
	生野菜								
夕食		卵	乳	小麦	ピーナッツ	そば	かに	えび	その他
丼ぶり	だご汁	△	△	○		△			大豆・鶏肉
おかず	キャベツメンチカツ		○	○					大豆・牛肉・豚肉
	グラタン		○	○					大豆・牛肉・豚肉
	大学芋			○					大豆・ごま
	おでん風煮		○	○					大豆
	水菜と蒸し鶏の柚子胡椒マヨ和え	○							大豆・鶏肉
	ごぼうサラダ	○		○					大豆・さば
	生野菜								
	ヨーグルト和え	○	○	○					大豆・もも

△はコンタミ表示

*仕入の都合により献立変更する場合があります。

※その他の表示は、あわび、いか、いくら、オレンジ、キウイフルーツ、牛肉、くるみ、鮭、さば、大豆、鶏肉、バナナ、豚肉、まつたけ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン、ごま、カシューナッツ、貝類の21品目が該当する場合表示しています。
 ※上記以外のアレルギーをお持ちの方、またアレルギーに関するご質問等は、