



# 2017.3 March



# Monthly Menu

日付		1日 11日 21日 31日	2日 12日 22日	3日 13日 23日	4日 14日 24日	5日 15日 25日
朝食	バイキング ごはん or パン 付き スープ or みそ汁 付き	鯖の塩焼き	焼きししゃも	鰯の唐揚げ	鯖の塩焼き	ほっけの塩焼き
		トマト入りスクランブルエッグ	卵と野菜の甘酢あん	卵炒り豆腐	野菜入りスクランブルエッグ	スパニッシュオムレツ
		照焼きミートボール	ソーセージとキャベツのコンソメ煮	ベーコンと野菜の炒め	肉団子のトマト煮	ソーセージと野菜の炒め
		大根と人参の煮物	ひじきの煮物	きんぴらごぼう	高野豆腐の煮物	切干大根
		フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト
昼食	和食	とんかつ	揚げ出し豆腐の肉野菜あん	鯖の竜田揚げ	胡麻照焼き豆腐ハンバーグ	豚肉の生姜炒め
	洋食	ロールキャベツのクリーム煮	ベーコンと菜の花の和風 pasta	チキンのブラックペッパー焼き	BBQチキン	アジフライ
	中華	鶏肉と野菜の味噌炒め	回鍋肉 (林肉-肉)	豚焼肉ともやしのねぎソース	五目あんかけ焼きそば	鶏もも焼きの中華ソース
	丼	鶏そぼろ丼	チキンソースかつ丼	かき揚げ丼	静岡 しらす丼	麻婆豆腐丼
	カレー	チーズカレー	ビーフカレー	ポークカレー	キーマカレー	チキンカレー
	うどん・そば	イカ天	肉ねぎ	梅とろろ昆布	揚げもち	三陸 わかめ
	ラーメン	塩ラーメン	味玉醤油ラーメン	とんこつ野菜ラーメン	札幌味噌ラーメン	ワンタン麺
夕食	和食	鶏の唐揚げ	鯖のごま照焼き	味噌かつ	ぶりの照焼き	鶏肉の照焼き
	洋食	半熟卵のカルボナーラ	チーズINハンバーグ	ほうれん草とベーコンのクリーム pasta	チキンカツ わさびタルタルソース	塩豚と根菜のポトフ
	中華	1日分野菜の八宝菜	油淋鶏 (1-リッチ)	鶏肉と野菜のうま煮	黒酢の酢豚	ジャージャー麺 温玉添え
	丼・パラエティ	穴子天丼	シェフの逸品★ オムハヤシ	ピリ辛豚葱胡麻クッパ	10品目のビビンバ	桜海老としらすの二色かき揚げ丼
	カレー	ポークカレー ナン付き	キーマカレー ナン付き	きのこことチーズのカレー ナン付き	ハヤシライス	ビーフカレー ナン付き

朝・昼・夕共通 サラダバー・デザート・フルーツ・ドリンク がセットになります

※都合により一部メニュー内容を変更させていただく場合がございます。

西洋フード・コンパスグループ株式会社



マンスリーイベント



シェフ・栄養士のおすすりの逸品





2017.3 March



カフェテリア

ふび



Monthly Menu

日付			6日 (朝まで) 16日 26日	17日 27日	8日 (昼から) 18日 28日	9日 19日 29日	10日 20日 30日
朝食	バイキング	ごはん or パン 付き	鯖の塩焼き	焼きししゃも	鱈の唐揚げ	鯖の塩焼き	ほっけの塩焼き
		スープ or みそ汁 付き	トマト入りスクランブルエッグ	卵と野菜の甘酢あん	卵炒り豆腐	野菜入りスクランブルエッグ	スパニッシュオムレツ
			照焼きミートボール	ソーセージとキャベツのコンソメ煮	ベーコンと野菜の炒め	肉団子のトマト煮	ソーセージと野菜の炒め
			大根と人参の煮物	ひじきの煮物	きんぴらごぼう	高野豆腐の煮物	切干大根
			フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト	フライドポテト
昼食	和食	ごはん	とんかつ	揚げ出し豆腐の肉野菜あん	鯖の竜田揚げ	胡麻照焼き豆腐ハンバーグ	豚肉の生姜炒め
	洋食	スープ or みそ汁 付き	ロールキャベツのクリーム煮	ベーコンと菜の花の和風パスタ	チキンのブラックペッパー焼き	BBQチキン	アジフライ
	中華		鶏肉と野菜の味噌炒め	回鍋肉 (林肉-肉)	豚焼肉ともやしのねぎソース	五目あんかけ焼きそば	鶏もも焼きの中華ソース
	丼	みそ汁 or スープ 付き	鶏そぼろ丼	チキンソースかつ丼	かき揚げ丼	静岡 しらす丼	麻婆豆腐丼
	カレー	スープ 付き	チーズカレー	ビーフカレー	ポークカレー	キーマカレー	チキンカレー
	うどん・そば	混ぜごはん 付き	竹輪天	めかぶ	なめこおろし	きつね	山菜とろろ
	ラーメン		塩コーンラーメン	味玉醤油ラーメン	酸辣湯麺(サラータソム)	ピリ辛味噌ラーメン	葱チャーシュー麺
夕食	和食	ごはん	鶏の唐揚げ	鯖のごま照焼き	味噌かつ	かれいの唐揚げ ぼん酢仕立て	鶏肉の照焼き
	洋食	みそ汁 or スープ 付き	半熟卵のカルボナーラ	ハニーマスタードポークグリル	ほうれん草とベーコンのクリームパスタ	セサミチキングリル	塩豚と根菜のポトフ
	中華		八宝菜	油淋鶏(1-リッチ)	鶏肉と野菜のうま煮	黒酢の酢豚	ジャージャー麺 温玉添え
	丼・バラエティ	みそ汁 or スープ 付き	穴子天丼	シェフの逸品★ オムハヤシ	ピリ辛豚葱胡麻クッパ	10品目のビビンバ	桜海老としらすの二色かき揚げ丼
	カレー	スープ 付き	ポークカレー ナン付き	キーマカレー ナン付き	きのことチーズのカレー ナン付き	ハヤシライス	ビーフカレー ナン付き

朝・昼・夕共通

サラダバー・デザート・フルーツ・ドリンク がセットになります

※都合により一部メニュー内容を変更させていただく場合がございます。

西洋フード・コンパグループ株式会社



マンスリーイベント



春の味覚メニュー



シェフ・栄養士のおすすめの逸品



人気の麺メニュー

## 2017年 3月メニュー アレルゲン表

※仕入れの状況により、メニュー及び食材等が変更となる場合がございますので、詳しくはカフェテリア「ふじ」までお問い合わせください。

※当店は大量調理施設のため調理上のコンタミネーション(混入)の可能性がございます。微量の摂取でも症状が重篤になる際は食材等のお持込みをお願いする事がございますので予めご了承ください。

日付	1日・11日・21日 31日	7大アレルゲン							2日・12日・22日	7大アレルゲン							3日・13日・23日	7大アレルゲン						
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
朝食	バイキング	鯖の塩焼き							焼きししゃも								鱈の唐揚げ							
		トマト入りスクランブルエッグ	●	●	●				卵と野菜の甘酢あん	●	●	●					卵炒り豆腐	●	●	●				
		照焼きミートボール	●		●				ソーセージとキャベツのコンソメ煮	●		●					ベーコンと野菜の炒め		●	●				
		大根と人参の煮物	●		●				ひじきの煮物	●		●					きんぴらごぼう	●		●				
		フライドポテト	●						フライドポテト	●							フライドポテト	●						
		パン	●	●	●				パン	●	●	●					パン	●	●	●				
		牛乳			●				牛乳			●					牛乳			●				
		納豆	●						納豆	●							納豆	●						
		味付のり	●		●			●	味付のり	●		●			●		味付のり	●		●			●	
		ジャム							ジャム								ジャム							
マーガリン			●				マーガリン			●					マーガリン			●						
昼食	和食	とんかつ	●	●	●				揚げ出し豆腐の肉野菜あん	●							鯖の竜田揚げ	●						
	洋食	ロールキャベツのクリーム煮	●	●	●				ベーコンと菜の花の和風パスタ	●	●	●					チキンのブラックペッパー焼き	●		●				
	中華	鶏肉と野菜の味噌炒め	●	●					回鍋肉(ホイコーロー)	●	●						豚焼肉ともやしのねぎソース	●						
	丼	鶏そぼろ丼	●	●	●				チキンソースかつ丼	●	●						かき揚げ丼	●	●				●	
	カレー	チーズカレー	●		●				ビーフカレー	●		●					ポークカレー	●		●				
	うどん・そば	イカ天	●	●	●	●		●	肉ねぎ	●	●	●	●				梅とろろ昆布	●	●		●		●	
	ラーメン	塩ラーメン	●	●	●	●			味玉醤油ラーメン	●	●		●				とんこつ野菜ラーメン	●	●		●			
夕食	和食	鶏の唐揚げ	●						鯖のごま照焼き	●							味噌かつ	●	●	●				
	洋食	半熟卵のカルボナーラ	●	●	●				チーズINハンバーグ	●	●	●					ほうれん草とベーコンのクリームパスタ	●	●	●				
	中華	1日分野菜の八宝菜	●	●					油淋鶏(ユリンチー)	●							鶏肉と野菜のうま煮	●	●					
	丼・バラエティ	穴子天丼	●						オムハヤシ	●	●	●					ピリ辛豚葱胡麻クッパ	●						
	カレー	ポークカレーナン付き	●		●				キーマカレーナン付き	●		●					きのことチーズのカレーナン付き	●		●				

## 2017年 3月メニュー アレルゲン表

※仕入れの状況により、メニュー及び食材等が変更となる場合がございますので、詳しくはカフェテリア「ふじ」までお問い合わせください。

※当店は大量調理施設のため調理上のコンタミネーション(混入)の可能性がございます。微量の摂取でも症状が重篤になる際は食材等のお持込みをお願いする事がございますので予めご了承ください。

日付	4日・14日・24日	7大アレルゲン							5日・15日・25日	7大アレルゲン							6日(朝食まで) ・16日・26日	7大アレルゲン						
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
朝食	バイキング	鯖の塩焼き							ほっけの塩焼き								鯖の塩焼き							
		野菜入りスクランブルエッグ		●	●				スパニッシュオムレツ		●	●					トマト入りスクランブルエッグ	●	●	●				
		肉団子のトマト煮	●		●				ソーセージと野菜の炒め	●							照焼きミートボール	●		●				
		高野豆腐の煮物	●		●				切干大根	●		●					大根と人参の煮物	●		●				
		フライドポテト	●						フライドポテト	●							フライドポテト	●						
		パン	●	●	●				パン	●	●	●					パン	●	●	●				
		牛乳			●				牛乳			●					牛乳			●				
		納豆	●						納豆	●							納豆	●						
		味付のり	●		●			●	味付のり	●		●			●		味付のり	●		●			●	
		ジャム							ジャム								ジャム							
マーガリン			●				マーガリン			●					マーガリン			●						
昼食	和食	胡麻照焼き豆腐ハンバーグ	●	●	●				豚肉の生姜炒め	●							とんかつ	●	●	●				
	洋食	BBQチキン	●						アジフライ	●							ロールキャベツのクリーム煮	●	●	●				
	中華	五目あんかけ焼きそば	●	●					鶏もも焼きの中華ソース	●							鶏肉と野菜の味噌炒め	●	●					
	丼	静岡しらす丼	●	●	●				麻婆豆腐丼	●		●					鶏そぼろ丼	●	●	●				
	カレー	キーマカレー	●		●				チキンカレー	●		●					チーズカレー	●		●				
	うどん・そば	揚げもち	●	●	●	●		●	三陸わかめ	●	●	●	●		●	竹輪天	●	●	●	●				
	ラーメン	札幌味噌ラーメン	●	●		●			ワンタン麺	●	●		●				塩コーンラーメン	●	●	●	●			
夕食	和食	ぶりの照焼き	●						鶏肉の照焼き	●							鶏の唐揚げ	●						
	洋食	チキンカツわさびタルタルソース	●	●	●				塩豚と根菜のポトフ	●							半熟卵のカルボナーラ	●	●	●				
	中華	黒酢の酢豚	●	●					ジャージャー麺 温玉添え	●	●						八宝菜	●					●	
	丼・バラエティ	10品目のビビンバ	●	●	●				桜海老としらすの二色かき揚げ丼	●					●		穴子天丼	●						
	カレー	ハヤシライス	●		●				ビーフカレーナン付き	●		●					ポークカレーナン付き	●		●				

## 2017年 3月メニュー アレルゲン表

※仕入れの状況により、メニュー及び食材等が変更となる場合がございますので、詳しくはカフェテリア「ふじ」までお問い合わせください。

※当店は大量調理施設のため調理上のコンタミネーション(混入)の可能性がございます。微量の摂取でも症状が重篤になる際は食材等のお持込みをお願いする事がございますので予めご了承ください。

日付	17日・27日	7大アレルゲン							8日(昼食から) 18日・28日	7大アレルゲン							9日・19日・29日	7大アレルゲン						
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
朝食	バイキング	焼きししゃも							鱈の唐揚げ								鯖の塩焼き							
		卵と野菜の甘酢あん	●	●	●				卵炒り豆腐	●	●	●					野菜入りスクランブルエッグ		●	●				
		ソーセージとキャベツのコンソメ煮	●		●				ベーコンと野菜の炒め		●	●					肉団子のトマト煮	●		●				
		ひじきの煮物	●		●				きんぴらごぼう	●		●					高野豆腐の煮物	●		●				
		フライドポテト	●						フライドポテト	●							フライドポテト	●						
		パン	●	●	●				パン	●	●	●					パン	●	●	●				
		牛乳			●				牛乳			●					牛乳			●				
		納豆	●						納豆	●							納豆	●						
		味付のり	●		●			●	味付のり	●		●			●		味付のり	●		●			●	
		ジャム							ジャム								ジャム							
マーガリン			●				マーガリン			●					マーガリン			●						
昼食	和食	揚げ出し豆腐の肉野菜あん	●						鯖の竜田揚げ	●							胡麻照焼き豆腐ハンバーグ	●	●	●				
	洋食	ベーコンと菜の花の和風パスタ	●	●	●				チキンのブラックペッパー焼き	●		●					BBQチキン	●						
	中華	回鍋肉(ホイコーロー)	●	●					豚焼肉ともやしのねぎソース	●							五目あんかけ焼きそば	●	●					
	丼	チキンソースかつ丼	●	●					かき揚げ丼	●	●				●		静岡しらす丼	●	●	●				
	カレー	ビーフカレー	●		●				ポークカレー	●		●					キーマカレー	●		●				
	うどん・そば	めかぶ	●	●	●	●		●	なめこおろし	●	●	●	●		●		きつね	●	●	●	●		●	
	ラーメン	味玉醤油ラーメン	●	●		●			酸辣湯麺(サンラータンメン)	●	●		●				ピリ辛味噌ラーメン	●	●		●			
夕食	和食	鯖のごま照焼き	●						味噌かつ	●	●	●					かれの唐揚げぼん酢仕立て	●						
	洋食	ハニーマスタードポークグリル	●		●				ほうれん草とベーコンのクリームパスタ	●	●	●					セサミチキングリル	●	●					
	中華	油淋鶏(ユリンチー)	●						鶏肉と野菜のうま煮	●	●						黒酢の酢豚	●	●					
	丼・バラエティ	オムハヤシ	●	●	●				ピリ辛豚葱胡麻クッパ	●							10品目のビビンバ	●	●	●				
	カレー	キーマカレーナン付き	●		●				きのことチーズのカレーナン付き	●		●					ハヤシライス	●		●				

# 2017年 3月メニュー アレルゲン表

※仕入れの状況により、メニュー及び食材等が変更となる場合がございますので、詳しくはカフェテリア「ふじ」までお問い合わせください。

※当店は大量調理施設のため調理上のコンタミネーション(混入)の可能性がございます。微量の摂取でも症状が重篤になる際は食材等のお持込みをお願いする事がございますので予めご了承ください。

日付	10日・20日・30日	7大アレルゲン							
		小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに	
朝食	バイキング	ほっけの塩焼き							
		スパニッシュオムレツ		●	●				
		ソーセージと野菜の炒め	●						
		切干大根	●		●				
		フライドポテト	●						
		パン	●	●	●				
		牛乳			●				
		納豆	●						
		味付のり	●		●			●	
		ジャム							
マーガリン			●						
昼食	和食	豚肉の生姜炒め	●						
	洋食	アジフライ	●						
	中華	鶏もも焼きの中華ソース	●						
	丼	麻婆豆腐丼	●		●				
	カレー	チキンカレー	●		●				
	うどん・そば	山菜とろろ	●	●	●	●		●	
	ラーメン	葱チャーシュー麺	●	●	●	●			
夕食	和食	鶏肉の照焼き	●						
	洋食	塩豚と根菜のポトフ	●						
	中華	ジャージャー麺 温玉添え	●	●					
	丼・バラエティ	桜海老としらすの 二色かき揚げ丼	●					●	
	カレー	ビーフカレーナン付き	●		●				

  

サラダバー	7大アレルゲン						
	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
ポテトサラダ	●	●	●				
マカロニサラダ	●	●	●				
スパゲティサラダ	●	●	●				
かぼちゃサラダ		●					

※上記の他に日替りで提供しているサラダもありますので詳しくはお問い合わせください。

  

ドレッシング類	7大アレルゲン						
	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
サウザンアイランド	●	●					
フレンチ		●					
青じそ(ノンオイル)	●						
マヨネーズ		●					
ケチャップ・ソース							
しょうゆ	●						

  

各食共通メニュー	7大アレルゲン						
	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
ご飯							
ふりかけ	●	●	●				
味噌汁			●				
スープ	●	●	●				
漬物	●						
混ぜご飯(昼食のみ)	●		●				

  

ドリンク・デザート	7大アレルゲン						
	小麦	卵	乳	そば	落花生	えび	かに
コーヒー							
紅茶							
ウーロン茶							
お茶							
野菜ジュース							
オレンジジュース							
グレープフルーツジュース							
巨峰ジュース							
ピーチジュース							
オレンジ							
グレープフルーツ							
バナナ							
ブルーベリーゼリー							
オレンジ&マンゴーゼリー							
パイン&シークワーサーゼリー							
パナコッタ			●				
みかん							
杏仁豆腐			●				
フルーチェ			●				

2017  
3月

March

# 今月のイベントメニュー



## Vege Revolution

『野菜と食べる』がカラダうれしい!

### 1日分野菜の 八宝菜

野菜総量  
350g



白菜、長葱、生姜、筍、蓮根、ズッキーニ、人参、くわい、パプリカ、ヤングコーン、菜の花といった野菜と豚肉、うずらの卵を合わせた13品目の真沢山な八宝菜です。

3/ 1・11・21・31 **夕食**  
(水) (土) (火) (金)



ふるさと三昧、郷土の味がやってくる!

慣かし、楽し、諸国堂々!  
日本各地のご当地料理や名物を用いた  
アレンジ料理をご提供します!



## 静岡 しらす丼



駿河湾産の釜揚げしらすを贅沢に使用しました。  
ごま油の香りがきいた特製ダレと温泉卵を  
混ぜ合わせてお召上がりください。

3/ 4・9・14・19 **昼食**  
(土) (木) (火) (日)  
24・29  
(金) (水)



『医食同源』美味しくカラダを整えませんか!

## チキンカツ わさびタルタルソース

症状 疲労対策



季節の変わり目 しっかり食べて元気復カツ!

- 「疲労回復」…鶏むね肉
- 「消化促進」…わさび、フェネル

3/ 4・14・24 **夕食**  
(土) (火) (金)



「いいね!」今食べたい!がここにある! ※当社調べ

様々な視点から **ピックアップ** したお料理をご提供します。



## ハニーマスタード ポークグリル

マーマレードと黒こしょうでマリネして、やわらかジューシーに焼き上げた豚ロースに、はちみつとディジョンマスタードの、甘くてほのかな酸味が特徴のソースをあわせました。

※ディジョンマスタードとはフランスブルゴーニュ地方のディジョンの産物のマスタードです。

3/ 17・27 **夕食**  
(金) (月)