

Weekly Menu



	8月20日 Mon	8月21日 Tue	8月22日 Wed	8月23日 Thu	8月24日 Fri	8月25日 Sat
--	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

Morning	8:00 ~ 9:00					
朝定食 250円	コロッケ、白身魚フライ、ソーセージ、ベーコン、納豆、本日のお惣菜など をご用意しております。 「好きなおかず2品」 をお選びください。(ライス・味噌汁 付き)					
朝めん 200円	うどん または そばに、上記のおかずの内 1品がお選びいただけます。					

Lunch	11:30 ~ 13:10					
-------	---------------	--	--	--	--	--

Aランチ (ライス・味噌汁付き) 410円 (小鉢セット 490円)	E 0kcal C 0.0g	P 0.0g N 0.0g	F 0.0g	鯖の味噌煮 E 875kcal C 118.9g	P 27.8g N 4.8g	F 28.3g	麻婆豆腐 E 756kcal C 114.1g	P 25.1g N 4.9g	F 19.9g	アジフライ E 779kcal C 121.8g	P 24.5g N 2.8g	F 19.0g	豚肉のクリーム煮 E 799kcal C 117.9g	P 24.6g N 3.0g	F 22.7g	和風ハンバーグステーキ E 780kcal C 121.0g	P 18.9g N 3.5g	F 22.3g	
Bランチ ライス・味噌汁付き 410円 (小鉢セット 490円)	E 0kcal C 0.0g	P 0.0g N 0.0g	F 0.0g	串カツ E 765kcal C 126.6g	P 16.1g N 2.5g	F 19.4g	かつ煮 E 927kcal C 137.4g	P 29.5g N 5.3g	F 26.3g	ハンバーグステーキ E 979kcal C 136.0g	P 26.1g N 3.6g	F 33.9g	青椒肉絲(チンジャオロースー) E 770kcal C 124.3g	P 24.0g N 4.9g	F 17.9g	サバの塩焼き E 791kcal C 124.4g	P 25.1g N 4.9g	F 19.7g	
スペシャル ライス・味噌汁付き 490円 (小鉢セット 570円)	E 0kcal C 0.0g	P 0.0g N 0.0g	F 0.0g	お休みです。	ジャンボチキンカツ E 459kcal C 99.5g	P 8.1g N 1.5g	F 1.3g	お休みです。	『麦育ち四元豚』ロースとんかつ E 974kcal C 121.9g	P 31.2g N 2.0g	F 36.9g	ヒレカツ E 807kcal C 125.0g	P 27.0g N 2.5g	F 20.3g					
丼 味噌汁付 340円 (小鉢セット 420円)	E 0kcal C 0.0g	P 0.0g N 0.0g	F 0.0g	唐揚げ丼 E 435kcal C 20.2g	P 14.8g N 3.2g	F 32.7g	豚肉の生姜焼き丼 E 825kcal C 104.1g	P 20.6g N 3.2g	F 33.3g	穴子天丼 サービス品300円 E 685kcal C 109.8g	P 19.9g N 3.3g	F 16.0g	ハッシュドビーフ丼 温玉添え E 766kcal C 106.1g	P 21.9g N 3.7g	F 25.6g	豚キムチ丼 E 670kcal C 103.6g	P 21.9g N 3.7g	F 16.4g	
カレー 330円 (特盛 +100円)	E 0kcal C 0.0g	P 0.0g N 0.0g	F 0.0g	手作りポークカレー E 804kcal C 142.5g	P 13.4g N 4.0g	F 17.6g	手作りポークカレー E 804kcal C 142.5g	P 13.4g N 4.0g	F 17.6g	手作りポークカレー E 804kcal C 142.5g	P 13.4g N 4.0g	F 17.6g	手作りポークカレー E 804kcal C 142.5g	P 13.4g N 4.0g	F 17.6g	手作りポークカレー E 804kcal C 142.5g	P 13.4g N 4.0g	F 17.6g	
カレー 410円 (特盛 +100円)	E 0kcal C 0.0g	P 0.0g N 0.0g	F 0.0g	カツカレー E 984kcal C 158.4g	P 20.4g N 4.8g	F 27.3g	カツカレー E 984kcal C 158.4g	P 20.4g N 4.8g	F 27.3g	カツカレー E 984kcal C 158.4g	P 20.4g N 4.8g	F 27.3g	カツカレー E 984kcal C 158.4g	P 20.4g N 4.8g	F 27.3g	カツカレー E 984kcal C 158.4g	P 20.4g N 4.8g	F 27.3g	
麺 (麺セット +80円) (麺・小鉢セット +160円)	(大盛 +50円) 円 E 0kcal C 0.0g	P 0.0g N 0.0g	F 0.0g	チャーシュー麺 (大盛 +50円) 350円 E 617kcal C 76.8g	P 23.0g N 7.9g	F 22.4g	海老香味ラーメン (大盛 +50円) 350円 E 537kcal C 77.3g	P 20.0g N 7.5g	F 14.3g	タンメン (大盛 +50円) 350円 E 499kcal C 83.7g	P 19.4g N 7.1g	F 8.4g	とんこつ野菜ラーメン (大盛 +50円) 350円 E 584kcal C 89.0g	P 23.4g N 9.7g	F 13.7g	【8月】激辛!トムヤムクン ラーメン (大盛 +50円) 350円 E 532kcal C 78.2g	P 19.8g N 6.7g	F 14.2g	
麺セットごはん 80円	E 0kcal C 0.0g	P 0.0g N 0.0g	F 0.0g	ジャコ炒飯 E 575kcal C 97.9g	P 18.7g N 4.0g	F 9.7g	ハーフチャーハン E 358kcal C 61.8g	P 8.2g N 1.7g	F 7.3g	混ぜご飯(ゆかり) E 306kcal C 67.5g	P 4.6g N 0.9g	F 0.6g	ハーフチャーハン E 358kcal C 61.8g	P 8.2g N 1.7g	F 7.3g	混ぜご飯(鮭わかめ) E 311kcal C 67.5g	P 5.1g N 0.3g	F 1.0g	
スープ 100円	E 0kcal C 0.0g	P 0.0g N 0.0g	F 0.0g	お休みです。	具沢山とん汁 E 123kcal C 9.1g	P 7.3g N 2.7g	F 6.3g	具沢山とん汁 E 123kcal C 9.1g	P 7.3g N 2.7g	F 6.3g	具沢山とん汁 E 123kcal C 9.1g	P 7.3g N 2.7g	F 6.3g	具沢山とん汁 E 123kcal C 9.1g	P 7.3g N 2.7g	F 6.3g	具沢山とん汁 E 123kcal C 9.1g	P 7.3g N 2.7g	F 6.3g

常設	冷奴 50円 E 90kcal C 4.0g	納豆 50円 E 80kcal C 4.8g	温泉玉子 50円 E 83kcal C 1.0g	グリーンサラダ 50円 E 41kcal C 8.1g	ライス (小) 100円 E 386kcal C 85.3g	ライス (中) 100円 E 470kcal C 103.9g
	ライス (大) 100円 E 554kcal C 122.4g	健康ごはん (小) 100円 E 359kcal C 78.4g	健康ごはん (中) 100円 E 436kcal C 95.4g	健康ごはん (大) 100円 E 514kcal C 112.4g	味噌汁 50円 E 32kcal C 2.8g	

Dinner	18:00 ~ 19:00					
--------	---------------	--	--	--	--	--

夕定食 370円	E 0kcal C 0.0g	P 0.0g N 0.0g	F 0.0g	サケフライと コロッケ E 654kcal C 117.8g	P 19.0g N 4.0g	F 11.3g	麻婆豆腐 E 776kcal C 117.7g	P 26.4g N 5.4g	F 19.9g	茹で豚と野菜の青じそ風味 E 730kcal C 116.7g	P 27.5g N 3.8g	F 15.1g	イカ野菜カツ E 755kcal C 119.9g	P 21.9g N 3.7g	F 18.4g	メンチカツ E 755kcal C 119.9g	P 21.9g N 3.7g	F 18.4g
タカレ (味噌汁、生野菜付) 350円	E 0kcal C 0.0g	P 0.0g N 0.0g	F 0.0g	ポークカレー E 840kcal C 114.0g	P 18.1g N 3.0g	F 32.6g	ビーフカレー E 811kcal C 106.1g	P 20.2g N 3.5g	F 32.0g	ベーコン&エッグカレー E 782kcal C 103.0g	P 21.7g N 3.0g	F 29.1g	チキンカレー E 710kcal C 103.2g	P 19.9g N 2.7g	F 21.8g	ベンガルカレー E 710kcal C 103.2g	P 19.9g N 2.7g	F 21.8g

* 食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ

E: エネルギー/energy P: たんぱく質/protein F: 脂肪/fat C: 炭水化物/carbohydrate N: 食塩相当量/Natrium