



	9月29日 (月)					9月30日 (火)					10月1日 (水)					10月2日 (木)					10月3日 (金)				
Morning	8:00 ~ 9:00																								
朝定食 ¥270	朝定食					朝うどん・そば					朝定食					朝うどん・そば					朝定食				
朝めん ¥210	本日のお惣菜をご用意しております。																								
Lunch	11:30 ~ 13:10																								
Bランチ	八宝菜					春巻と肉団子の甘酢あん					照りマヨチキン					煮込みハンバーグ					チキンの衣揚げ デミマヨソース				
	¥420					¥420					¥420					¥420					¥420				
	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量
	146kcal	8.9g	5.6g	15.8g	2.2g	300kcal	7.2g	15.3g	33.9g	1.9g	497kcal	27.1g	38.9g	9.9g	2.4g	195kcal	10.7g	9.2g	18.1g	1.7g	512kcal	27.0g	32.1g	28.7g	2.3g
スペシャルランチ	メンチカツ&白身魚フライ					グリルチキン シャリアピンソース					豚肉のスタミナ焼き					えびすかぼちゃコロッケとマグロメンチカツ					ハンバーグ きのかクリームソース				
	¥550					¥550					¥550					¥550					¥550				
	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量
	462kcal	15.6g	26.9g	39.0g	2.8g	409kcal	23.3g	19.7g	32.1g	3.9g	256kcal	15.3g	14.3g	17.7g	2.4g	314kcal	12.5g	15.4g	32.0g	0.8g	287kcal	14.2g	14.5g	26.0g	2.0g
丼	オムライス オニオンソース					麻婆豆腐飯					チキンたれかつ丼					回鍋肉丼					【沖縄】本場のスパイシータコライス				
	¥500					¥500					¥500					¥500					¥500				
	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量
	613kcal	12.8g	20.8g	95.9g	3.8g	625kcal	20.3g	16.8g	101.2g	4.4g	617kcal	17.0g	18.9g	95.8g	3.1g	564kcal	15.2g	9.7g	108.6g	3.1g	581kcal	18.6g	14.7g	97.4g	1.9g
特製カレー (特盛 +¥100)	手作りポークカレー					手作りポークカレー					手作りポークカレー					手作りポークカレー					手作りポークカレー				
	¥340					¥340					¥340					¥340					¥340				
	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量
	750kcal	13.0g	17.1g	142.2g	3.9g	750kcal	13.0g	17.1g	142.2g	3.9g	750kcal	13.0g	17.1g	142.2g	3.9g	750kcal	13.0g	17.1g	142.2g	3.9g	750kcal	13.0g	17.1g	142.2g	3.9g
日替わり麺	胡麻香るサラダうどん					高菜とんこつラーメン					明太子クリームパスタ					とんこつ醤油らーめん					味噌タンメン				
	¥500					¥500					¥500					¥500					¥500				
	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量
	557kcal	16.1g	14.5g	89.1g	5.5g	604kcal	23.0g	18.6g	81.6g	10.0g	596kcal	22.3g	17.6g	89.1g	3.1g	464kcal	19.2g	8.5g	73.5g	7.3g	602kcal	23.5g	15.7g	88.9g	9.3g
Dinner	18:00 ~ 18:45																								
夕定食	ソーセージのカツ					韮菜猪肝(レバニラ炒め)					揚げ出し豆腐の五目あんかけ					鯖の味噌煮					一口餃子の磯辺揚げ				
	¥237					¥191					¥304					¥520					¥294				
	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量
	237kcal	7.7g	13.1g	21.9g	1.1g	191kcal	13.8g	6.6g	19.4g	2.7g	304kcal	15.4g	20.0g	15.9g	2.8g	520kcal	18.8g	24.2g	48.8g	5.4g	294kcal	6.1g	17.6g	28.4g	1.9g
タカレー	ポークカレー(甘口)					ビーフカレー					キーマカレー					チキンカレー					ポークカレー(辛口)				
	¥533					¥572					¥564					¥534					¥548				
	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	食塩相当量
	533kcal	10.3g	9.2g	105.5g	3.1g	572kcal	12.2g	12.1g	106.6g	2.8g	564kcal	16.4g	11.0g	103.0g	3.2g	534kcal	11.1g	10.6g	101.3g	2.5g	548kcal	11.1g	12.6g	103.0g	3.3g

*表示価格は税込です。*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。

*お米の産地については従業員にお問い合わせください