

Weekly Menu



5月11日 (月)	5月12日 (火)	5月13日 (水)	5月14日 (木)	5月15日 (金)
--------------	--------------	--------------	--------------	--------------

Morning 8:00 ~ 9:00				
ごはん定食	朝うどん・そば	ごはん定食	朝うどん・そば	ごはん定食
目玉焼き	メンチカツ	竜田揚げ	焼売	白身魚フライ
春巻		ブレーンオムレツ		ベーコン
キャベツサラダ	キャベツサラダ	キャベツサラダ	キャベツサラダ	キャベツサラダ
ライス・味噌汁	かけうどん・そば	ライス・味噌汁	かけうどん・そば	ライス・味噌汁
¥300	¥270	¥300	¥270	¥300
エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 540kcal 13.4g 9.4g 97.6g 2.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 510kcal 14.7g 11.8g 86.2g 4.6g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 623kcal 15.9g 16.6g 97.7g 2.2g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 419kcal 13.8g 4.2g 81.4g 4.6g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 584kcal 17.4g 13.6g 95.6g 1.9g
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

Lunch 11:30 ~ 13:10					
Aランチ	豚肉の生姜焼き	カニクリームコロッケ	牛肉豆腐	日本唐揚協会認定 【大阪】鶏の唐揚げ 紅生姜風味	煮込みハンバーグ
ライス・味噌汁 付き	¥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 754kcal 23.9g 28.0g 98.8g 3.6g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 892kcal 17.1g 35.3g 121.3g 3.7g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 730kcal 28.2g 26.1g 96.6g 4.2g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 935kcal 31.7g 37.4g 110.5g 3.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 701kcal 23.4g 16.3g 112.3g 4.2g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 701kcal 23.4g 16.3g 112.3g 4.2g
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ
丼	味噌かつ丼	豚塩カルピ丼	チャーハン WITHトトロ卵	豚キムチ丼	鶏天丼
味噌汁付き	¥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 691kcal 17.9g 16.0g 115.1g 3.2g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 657kcal 19.6g 23.4g 90.4g 2.6g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 582kcal 15.7g 16.4g 88.8g 4.9g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 604kcal 22.5g 12.8g 97.5g 5.0g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 809kcal 31.3g 24.9g 107.1g 4.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 809kcal 31.3g 24.9g 107.1g 4.1g
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ
日替わり麺	味玉とんこつらーめん	にらそば	熱盛り肉うどん (武蔵野風)	ベーコンとほうれん草の クリームパスタ	揚げワントンの 味噌ラーメン
	¥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 508kcal 23.1g 11.3g 73.8g 10.2g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 563kcal 20.9g 15.7g 80.3g 7.9g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 435kcal 17.9g 8.9g 71.6g 3.6g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 595kcal 18.6g 18.5g 89.2g 4.0g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 562kcal 21.3g 13.4g 84.7g 7.6g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 562kcal 21.3g 13.4g 84.7g 7.6g
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ
定番麺	かけそば・うどん	かけそば・うどん	かけそば・うどん	かけそば・うどん	かけそば・うどん
	¥350	¥350	¥350	¥350	¥350
エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 349kcal 11.1g 1.3g 72.9g 5.5g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 349kcal 11.1g 1.3g 72.9g 5.5g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 349kcal 11.1g 1.3g 72.9g 5.5g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 349kcal 11.1g 1.3g 72.9g 5.5g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 349kcal 11.1g 1.3g 72.9g 5.5g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 349kcal 11.1g 1.3g 72.9g 5.5g
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ
定番カレー	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	手作りポークカレー
	¥350	¥350	¥350	¥350	¥350
エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 768kcal 14.4g 16.7g 136.2g 4.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 768kcal 14.4g 16.7g 136.2g 4.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 768kcal 14.4g 16.7g 136.2g 4.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 768kcal 14.4g 16.7g 136.2g 4.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 768kcal 14.4g 16.7g 136.2g 4.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 768kcal 14.4g 16.7g 136.2g 4.1g
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

Dinner 18:00 ~ 18:45					
夕食	白身魚の マヨネーズチーズ焼き	鶏すき煮	鶏肉と野菜の 味噌炒め	つくねと野菜の含め煮	ポテトコロッケと チキンカツ
ライス・味噌汁 付き	¥370	¥370	¥370	¥370	¥370
エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 695kcal 22.5g 25.1g 92.2g 2.6g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 782kcal 36.0g 22.4g 105.1g 5.0g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 752kcal 22.7g 23.5g 107.1g 4.4g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 585kcal 16.7g 10.0g 108.0g 3.2g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 770kcal 18.4g 23.5g 117.4g 2.3g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 770kcal 18.4g 23.5g 117.4g 2.3g
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ
タカレー	ポークカレー (辛口)	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)
	¥300	¥300	¥300	¥300	¥300
エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 607kcal 13.6g 15.4g 100.6g 3.3g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 608kcal 11.7g 17.7g 98.1g 2.5g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 602kcal 16.5g 15.8g 96.3g 2.4g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 603kcal 14.0g 16.0g 98.4g 2.8g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 607kcal 13.6g 15.4g 100.6g 3.3g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 607kcal 13.6g 15.4g 100.6g 3.3g
アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

*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。