Weekly Menu

	7月13日（月）	7月14日（火）	7月15日（水）	7月16日（木）	7月17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
	お休み	メンチカツ	竜田揚げ	焼売	白身魚フライ
			プレーンオムレツ		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
		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
		¥270	¥300	¥270	¥300
		エネルギー 496kcal / たんぱく質 14.9g / 脂質 11.2g / 炭水化物 84.6g / 食塩相当量 5.9g	エネルギー 600kcal / たんぱく質 17.0g / 脂質 16.4g / 炭水化物 95.7g / 食塩相当量 2.2g	エネルギー 422kcal / たんぱく質 14.1g / 脂質 4.1g / 炭水化物 82.2g / 食塩相当量 5.9g	エネルギー 529kcal / たんぱく質 14.9g / 脂質 13.4g / 炭水化物 88.8g / 食塩相当量 2.0g
		アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば ● 落花生 えび かに くるみ	アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば ● 落花生 えび かに くるみ	アレルゲン 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（ライス・味噌汁付き）	お休み	三元豚ロースかつ ¥550	イベント 【陳建一監修】 油淋鶏 ¥550	バジルチキンソテー ¥550	
		エネルギー 772kcal / たんぱく質 25.2g / 脂質 30.0g / 炭水化物 101.8g / 食塩相当量 2.8g	エネルギー 837kcal / たんぱく質 31.8g / 脂質 31.2g / 炭水化物 105.1g / 食塩相当量 3.6g	エネルギー 750kcal / たんぱく質 29.9g / 脂質 29.7g / 炭水化物 88.5g / 食塩相当量 2.6g	
		アレルゲン 小麦 ● 卵 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	アレルゲン 小麦 ● 卵 ● そば 落花生 えび かに くるみ	アレルゲン 小麦 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	
丼（味噌汁付き）		中華丼 ¥500	しらす丼 ¥500	イベント 匠のオムライス ハヤシソース ¥500	
		エネルギー 567kcal / たんぱく質 17.7g / 脂質 8.9g / 炭水化物 106.2g / 食塩相当量 5.6g	エネルギー 453kcal / たんぱく質 15.7g / 脂質 4.5g / 炭水化物 87.0g / 食塩相当量 4.1g	エネルギー 639kcal / たんぱく質 14.7g / 脂質 18.6g / 炭水化物 103.9g / 食塩相当量 5.2g	
		アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに ● くるみ	
日替わり麺		味噌コーンわかめラーメン ¥500	パスタ カルボナーラ ¥500	味玉醤油ラーメン ¥500	しょうゆらーめん ¥500
		エネルギー 477kcal / たんぱく質 19.1g / 脂質 5.2g / 炭水化物 86.4g / 食塩相当量 9.5g	エネルギー 712kcal / たんぱく質 20.0g / 脂質 34.0g / 炭水化物 85.2g / 食塩相当量 2.6g	エネルギー 506kcal / たんぱく質 24.4g / 脂質 9.7g / 炭水化物 75.7g / 食塩相当量 8.1g	エネルギー 573kcal / たんぱく質 23.3g / 脂質 15.8g / 炭水化物 83.6g / 食塩相当量 9.7g
		アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	アレルゲン 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 ¥350	かけそば・うどん ¥350	かけそば・うどん ¥350	
		エネルギー 349kcal / たんぱく質 11.1g / 脂質 1.3g / 炭水化物 72.9g / 食塩相当量 5.5g	エネルギー 349kcal / たんぱく質 11.1g / 脂質 1.3g / 炭水化物 72.9g / 食塩相当量 5.5g	エネルギー 349kcal / たんぱく質 11.1g / 脂質 1.3g / 炭水化物 72.9g / 食塩相当量 5.5g	
		アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 そば ● 落花生 えび かに くるみ	アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 そば ● 落花生 えび かに くるみ	アレルゲン 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 ¥350	手作りポークカレー ¥350	手作りポークカレー ¥350	手作りポークカレー ¥350
		エネルギー 604kcal / たんぱく質 11.9g / 脂質 15.9g / 炭水化物 104.8g / 食塩相当量 4.1g	エネルギー 604kcal / たんぱく質 11.9g / 脂質 15.9g / 炭水化物 104.8g / 食塩相当量 4.1g	エネルギー 604kcal / たんぱく質 11.9g / 脂質 15.9g / 炭水化物 104.8g / 食塩相当量 4.1g	エネルギー 604kcal / たんぱく質 11.9g / 脂質 15.9g / 炭水化物 104.8g / 食塩相当量 4.1g
		アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●
Dinner 18:00 ～ 18:45					
夕定食（ライス・味噌汁付き）	お休み	鶏すき煮 ¥370	スタミナ肉野菜炒め ¥370	鶏つくねチーズ焼き ¥370	ポテトコロッケとチキンカツ ¥370
		エネルギー 726kcal / たんぱく質 33.5g / 脂質 20.3g / 炭水化物 103.2g / 食塩相当量 5.0g	エネルギー 787kcal / たんぱく質 22.6g / 脂質 36.0g / 炭水化物 96.7g / 食塩相当量 3.0g	エネルギー 658kcal / たんぱく質 22.7g / 脂質 19.9g / 炭水化物 99.2g / 食塩相当量 4.1g	エネルギー 702kcal / たんぱく質 15.9g / 脂質 21.2g / 炭水化物 113.8g / 食塩相当量 2.2g
		アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ	アレルゲン 小麦 ● 卵 ● 乳 ● そば 落花生 えび かに くるみ
夕カレー		ビーフカレー ¥300	キーマカレー ¥300	チキンカレー ¥300	ポークカレー（辛口） ¥300
		エネルギー 587kcal / たんぱく質 11.7g / 脂質 17.3g / 炭水化物 98.1g / 食塩相当量 2.5g	エネルギー 588kcal / たんぱく質 15.7g / 脂質 16.6g / 炭水化物 96.3g / 食塩相当量 2.4g	エネルギー 585kcal / たんぱく質 14.0g / 脂質 15.5g / 炭水化物 98.4g / 食塩相当量 2.8g	エネルギー 580kcal / たんぱく質 13.6g / 脂質 14.4g / 炭水化物 100.7g / 食塩相当量 3.3g
		アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	アレルゲン 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。