Weekly Menu

	11月9日（月）	11月10日（火）	11月11日（水）	11月12日（木）	11月13日（金）	11月14日（土）
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	ごはん定食
	春巻き	メンチカツ	竜田揚げ	焼売	白身魚フライ	目玉焼き
	納豆		プレーンオムレツ		ベーコン	納豆
	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	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	ライス・味噌汁
	¥300	¥270	¥300	¥270	¥300	¥300
	エネルギー 571kcal / たんぱく質 17.9g / 脂質 11.8g / 炭水化物 100.2g / 食塩相当量 2.5g	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 #VALUE! / たんぱく質 #VALUE! / 脂質 249.0g / 炭水化物 137.7g / 食塩相当量 114.8g	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	エネルギー 506kcal / たんぱく質 18.2g / 脂質 6.8g / 炭水化物 94.5g / 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 ● ● ● ●	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	豚ロースのとんてき風 ¥550 エネルギー 659kcal / たんぱく質 23.0g / 脂質 18.0g / 炭水化物 101.0g / 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 ●	三元豚ロースかつ ¥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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ●	【陳建一監修】油淋鶏 ¥550 エネルギー 820kcal / たんぱく質 31.8g / 脂質 31.2g / 炭水化物 105.1g / 食塩相当量 3.6g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ●	バジルチキンソテー ¥550 エネルギー 733kcal / 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 ●	煮込みハンバーグ ¥550 エネルギー 717kcal / たんぱく質 23.0g / 脂質 20.1g / 炭水化物 112.6g / 食塩相当量 4.8g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ●	¥550 エネルギー 0kcal / たんぱく質 0.0g / 脂質 0.0g / 炭水化物 0.0g / 食塩相当量 0.0g 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	おろし豚焼肉丼 ¥500 エネルギー 749kcal / たんぱく質 20.2g / 脂質 29.7g / 炭水化物 101.8g / 食塩相当量 3.5g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	中華丼 ¥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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	しらす丼 ¥500 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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ●	匠のオムライス ハヤシソース ¥500 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 ● ● ● ●	豚肉の細切り飯 ¥500 エネルギー 32kcal / たんぱく質 2.5g / 脂質 1.2g / 炭水化物 2.8g / 食塩相当量 1.4g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	¥500 エネルギー 0kcal / たんぱく質 0.0g / 脂質 0.0g / 炭水化物 0.0g / 食塩相当量 0.0g 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	揚げワンタン塩ラーメン ¥500 エネルギー 457kcal / たんぱく質 16.4g / 脂質 12.5g / 炭水化物 69.9g / 食塩相当量 7.3g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ●	味噌コーンわかめラーメン ¥500 エネルギー 410kcal / たんぱく質 16.9g / 脂質 4.6g / 炭水化物 77.5g / 食塩相当量 9.4g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ●	カルボナーラ ¥500 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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●	味玉醤油ラーメン ¥500 エネルギー 436kcal / たんぱく質 22.2g / 脂質 9.1g / 炭水化物 66.4g / 食塩相当量 7.7g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●	とんこつ野菜ラーメン ¥500 エネルギー 506kcal / たんぱく質 21.1g / 脂質 15.2g / 炭水化物 74.7g / 食塩相当量 9.6g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ●	塩ラーメン ¥500 エネルギー 431kcal / たんぱく質 15.8g / 脂質 12.8g / 炭水化物 63.4g / 食塩相当量 7.5g 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 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 ● ● ●	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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●	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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●	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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●	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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●	¥350 エネルギー 0kcal / たんぱく質 0.0g / 脂質 0.0g / 炭水化物 0.0g / 食塩相当量 0.0g 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 エネルギー 742kcal / たんぱく質 14.4g / 脂質 16.3g / 炭水化物 136.2g / 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 ●	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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	手作りポークカレー ¥350 エネルギー 742kcal / たんぱく質 14.4g / 脂質 16.3g / 炭水化物 136.2g / 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 ●
Dinner 18:00 ～ 18:45						
夕定食 ライス・味噌汁付き	ミックスフライ ¥370 エネルギー 689kcal / たんぱく質 16.0g / 脂質 19.4g / 炭水化物 114.9g / 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 ● ● ● ● ●	鶏すき煮 ¥370 エネルギー 716kcal / たんぱく質 33.5g / 脂質 20.3g / 炭水化物 103.2g / 食塩相当量 5.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	スタミナ肉野菜炒め ¥370 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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	鶏つくねチーズ焼き ¥370 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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ● ● ●	ポテトコロッケとチキンカツ ¥370 エネルギー 385kcal / たんぱく質 8.8g / 脂質 2.1g / 炭水化物 82.9g / 食塩相当量 1.4g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ	メンチカツと照りマヨつくね ¥370 エネルギー 319kcal / たんぱく質 8.5g / 脂質 22.9g / 炭水化物 21.0g / 食塩相当量 1.3g 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	ポークカレー（辛口） ¥300 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 ●	ビーフカレー ¥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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	キーマカレー ¥300 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 アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	チキンカレー ¥300 エネルギー 581kcal / たんぱく質 14.0g / 脂質 15.5g / 炭水化物 98.4g / 食塩相当量 2.8g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ ●	ポークカレー（辛口） ¥300 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 ●	チキンカレー ¥300 エネルギー 745kcal / たんぱく質 18.0g / 脂質 17.4g / 炭水化物 131.1g / 食塩相当量 3.0g 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。