

WEEKLY MENU

	2023/5/15 (月)	2023/5/16 (火)	2023/5/17 (水)	2023/5/18 (木)	2023/5/19 (金)	2023/5/20 (土)
ランチ ライス・汁物付 490円 ライスの分量変更 対応いたします	肉野菜炒め  エ 783 kcal た 26.4 g 脂 19.8 g 炭 129.4 g 食塩 3.8 g	白身魚のフリッター オーロラソース  エ 978 kcal た 26.9 g 脂 35.7 g 炭 137.5 g 食塩 3.0 g	照りたまハンバーグ  エ 986 kcal た 30.8 g 脂 29.8 g 炭 148.0 g 食塩 3.4 g	鶏肉のねぎ塩ソース  エ 793 kcal た 31.3 g 脂 21.7 g 炭 120.9 g 食塩 3.4 g	味噌カツ  エ 900 kcal た 22.4 g 脂 23.2 g 炭 152.1 g 食塩 3.6 g	鶏肉のマヨネーズ焼  エ 891 kcal た 31.1 g 脂 33.2 g 炭 120.0 g 食塩 2.0 g
丼 汁物付 470円 大盛520円 ミニ丼330円	照焼きチキン丼  エ 767 kcal た 29.6 g 脂 20.3 g 炭 118.6 g 食塩 1.2 g	麻婆豆腐丼  エ 763 kcal た 25.3 g 脂 17.5 g 炭 126.8 g 食塩 2.7 g	甘酢から揚げ丼  エ 803 kcal た 35.9 g 脂 15.4 g 炭 132.0 g 食塩 2.4 g	豚丼  エ 732 kcal た 25.0 g 脂 15.2 g 炭 128.5 g 食塩 2.5 g	牛肉のピリ辛チャーハン  エ 778 kcal た 22.1 g 脂 23.2 g 炭 121.6 g 食塩 3.6 g	丸ごとコロッケー丼  エ 801 kcal た 20.2 g 脂 14.5 g 炭 148.9 g 食塩 2.5 g
カレー390円 大盛440円 ミニカレー330円	チキンカレー  エ 824 kcal た 17.0 g 脂 20.7 g 炭 144.0 g 食塩 4.4 g	チキンカレー  エ 824 kcal た 17.0 g 脂 20.7 g 炭 144.0 g 食塩 4.4 g	チキンカレー  エ 824 kcal た 17.0 g 脂 20.7 g 炭 144.0 g 食塩 4.4 g	チキンカレー  エ 824 kcal た 17.0 g 脂 20.7 g 炭 144.0 g 食塩 4.4 g	チキンカレー  エ 824 kcal た 17.0 g 脂 20.7 g 炭 144.0 g 食塩 4.4 g	ポークカレー  エ 840 kcal た 18.2 g 脂 22.4 g 炭 144.0 g 食塩 4.3 g
トッピング カレー 450円 大盛500円						
和麺 350円 大盛400円	わかめうどん・そば  エ 347 kcal た 12.1 g 脂 1.9 g 炭 71.4 g 食塩 5.7 g		わかめうどん・そば  エ 347 kcal た 12.1 g 脂 1.9 g 炭 71.4 g 食塩 5.7 g		わかめうどん・そば  エ 347 kcal た 12.1 g 脂 1.9 g 炭 71.4 g 食塩 5.7 g	
トッピング 和麺 400円 大盛450円	カレーうどん・そば  エ 610 kcal た 17.8 g 脂 21.2 g 炭 88.6 g 食塩 7.4 g		カレーうどん・そば  エ 610 kcal た 17.8 g 脂 21.2 g 炭 88.6 g 食塩 7.4 g		カレーうどん・そば  エ 610 kcal た 17.8 g 脂 21.2 g 炭 88.6 g 食塩 7.4 g	
中華麺/パスタ		豚骨ラーメン  エ 487 kcal た 19.5 g 脂 17.4 g 炭 63.2 g 食塩 7.3 g		担々麺  エ 575 kcal た 25.1 g 脂 23.7 g 炭 66.9 g 食塩 5.9 g		塩ラーメン  エ 374 kcal た 15.6 g 脂 6.2 g 炭 63.0 g 食塩 8.2 g
御飯小鉢100円						
汁物 50円	本日の汁物	本日の汁物	本日の汁物	本日の汁物	本日の汁物	本日の汁物

★栄養素成分値 エ…エネルギー た…たんぱく質 脂…脂質 炭…炭水化物 塩…食塩相当量

★アレルギー表示 ※特定7品目について表示していま 重篤なアレルギーをお持ちの方は、食堂のご利用には、十分ご注意ください。

- 当店は国産米を使用しております。
- 材料の都合により、献立が一部変更になる場合があります。ご了承ください。