

WEEKLY MENU

2026/1/26 (月)		2026/1/27 (火)		2026/1/28 (水)		2026/1/29 (木)		2026/1/30 (金)		2026/1/31 (土)	
ランチ ライス・汁物付	ミックスフライ	豚肉の生姜焼 食べる生姜がけ <small>今月のテーマ 温活</small>	アヒのネギごま竜田	豚肉の紅生姜衣揚げ	鶏肉のねぎ塩ソース	豚肉の柚子こしょう炒め					
530円											
大盛600円		<small>小麦 乳 豆腐 大豆 鶏肉 豚肉 りんご ごま</small> エ 928 kcal た 26.5 g 脂 23.1 g 炭 154.3 g 食塩 3.3 g	<small>小麦 大豆 豚肉</small> エ 807 kcal た 26.9 g 脂 16.5 g 炭 140.9 g 食塩 3.0 g	<small>小麦 乳 大豆 ごま</small> エ 735 kcal た 29.5 g 脂 12.6 g 炭 128.3 g 食塩 3.0 g	<small>小麦 乳 大豆 豚肉 ごま</small> エ 863 kcal た 27.7 g 脂 25.4 g 炭 132.6 g 食塩 2.5 g	<small>小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 ごま</small> エ 761 kcal た 28.6 g 脂 19.7 g 炭 119.7 g 食塩 3.4 g	<small>小麦 乳 大豆 豚肉 ごま</small> エ 749 kcal た 27.3 g 脂 16.6 g 炭 125.8 g 食塩 3.1 g				
丼 汁物付	他人丼	キジ丼	豚肉と発芽野菜の甘辛丼	ソイミートのビビンバ	【福島】ソースカツ丼	親子丼					
500円											
大盛570円	<small>小麦 卵 大豆 豚肉</small> エ 796 kcal た 31.7 g 脂 18.4 g 炭 128.6 g 食塩 2.0 g	<small>小麦 卵 大豆 鶏肉</small> エ 787 kcal た 27.2 g 脂 21.5 g 炭 122.0 g 食塩 2.1 g	<small>小麦 大豆 豚肉</small> エ 777 kcal た 23.8 g 脂 20.2 g 炭 127.0 g 食塩 2.5 g	<small>小麦 卵 大豆 鶏肉 豚肉 ごま</small> エ 693 kcal た 24.6 g 脂 10.7 g 炭 125.8 g 食塩 2.8 g	<small>小麦 大豆 豚肉 りんご</small> エ 864 kcal た 25.7 g 脂 20.8 g 炭 143.9 g 食塩 2.9 g	<small>小麦 卵 大豆 鶏肉</small> エ 815 kcal た 33.2 g 脂 20.8 g 炭 125.9 g 食塩 2.1 g					
ミニ丼360円											
カレー440円	チキンカレー	チキンカレー	チキンカレー	チキンカレー	チキンカレー	チキンカレー					
大盛510円											
ミニカレー360円	<small>小麦 大豆 鶏肉 豚肉 やまいも</small> エ 824 kcal た 17.0 g 脂 20.7 g 炭 144.0 g 食塩 4.4 g	<small>小麦 大豆 鶏肉 豚肉 やまいも</small> エ 824 kcal た 17.0 g 脂 20.7 g 炭 144.0 g 食塩 4.4 g	<small>小麦 大豆 鶏肉 豚肉 やまいも</small> エ 824 kcal た 17.0 g 脂 20.7 g 炭 144.0 g 食塩 4.4 g	<small>小麦 大豆 鶏肉 豚肉 やまいも</small> エ 824 kcal た 17.0 g 脂 20.7 g 炭 144.0 g 食塩 4.4 g	<small>小麦 大豆 鶏肉 豚肉 やまいも</small> エ 824 kcal た 17.0 g 脂 20.7 g 炭 144.0 g 食塩 4.4 g	<small>小麦 大豆 鶏肉 豚肉 やまいも</small> エ 824 kcal た 17.0 g 脂 20.7 g 炭 144.0 g 食塩 4.4 g					
	中学生の麺類提供は土曜日のみです。										
和麺	わかめうどん・そば		わかめうどん・そば		わかめうどん・そば						
390円											
大盛460円	<small>小麦 もば 卵 大豆</small> エ 341 kcal た 11.7 g 脂 1.6 g 炭 70.9 g 食塩 5.7 g		<small>小麦 もば 卵 大豆</small> エ 341 kcal た 11.7 g 脂 1.6 g 炭 70.9 g 食塩 5.7 g		<small>小麦 もば 卵 大豆</small> エ 341 kcal た 11.7 g 脂 1.6 g 炭 70.9 g 食塩 5.7 g						
トッピング 和麺	カレーうどん・そば		カレーうどん・そば		カレーうどん・そば						
450円											
大盛520円	<small>小麦 もば 卵 大豆 鶏肉 豚肉 やまいも</small> エ 610 kcal た 17.8 g 脂 21.2 g 炭 88.6 g 食塩 7.4 g		<small>小麦 もば 卵 大豆 鶏肉 豚肉 やまいも</small> エ 610 kcal た 17.8 g 脂 21.2 g 炭 88.6 g 食塩 7.4 g		<small>小麦 もば 卵 大豆 鶏肉 豚肉 やまいも</small> 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			【北海道 室蘭風】カレーラーメン						
500円											
大盛570円		<small>小麦 大豆 鶏肉 豚肉 セラチン</small> エ 501 kcal た 21.0 g 脂 18.1 g 炭 63.1 g 食塩 6.3 g			<small>小麦 乳 大豆 鶏肉 豚肉 りんご ごま</small> エ 460 kcal た 16.5 g 脂 12.9 g 炭 70.2 g 食塩 4.6 g						
小鉢 100円	チヂミ	揚げシューまい	うずら串フライ	ハッシュドポテト	デリチキン	デザート					
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

重篤なアレルギーをお持ちの方は、食堂のご利用には、十分ご注意下さい。

■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。