

WEEKLY MENU

2026/11/9 (月)2026/11/10 (火)2026/11/11 (水)2026/11/12 (木)2026/11/13 (金)2026/11/14 (土)

ランチ ライス・汁物付 530円 大盛600円	アジフライ コチュマヨソース エ 849 kcal た 24.6 g 脂 21.4 g 炭 139.4 g 食塩 2.3 g	鶏肉の塩麴焼 エ 767 kcal た 29.3 g 脂 19.9 g 炭 119.6 g 食塩 2.1 g	肉コロッケ & えびかつ エ 831 kcal た 18.3 g 脂 17.6 g 炭 150.7 g 食塩 3.2 g	揚げ豚のサラダ仕立て 味噌ドレッシング エ 956 kcal た 32.5 g 脂 31.0 g 炭 139.3 g 食塩 3.3 g	鶏肉のパン粉唐揚げ ソース風味 エ 884 kcal た 29.2 g 脂 29.0 g 炭 128.4 g 食塩 3.2 g	四川麻婆豆腐 エ 840 kcal た 31.5 g 脂 21.4 g 炭 137.2 g 食塩 4.8 g
丼 汁物付 500円 大盛570円 ミニ丼360円	豚肉とれんこんのきんぴら丼 エ 708 kcal た 23.8 g 脂 12.8 g 炭 125.8 g 食塩 2.4 g	【佐賀】シシリアンライス エ 836 kcal た 22.2 g 脂 26.6 g 炭 128.2 g 食塩 2.2 g	ねぎ塩豚丼 エ 724 kcal た 24.9 g 脂 17.5 g 炭 117.6 g 食塩 1.2 g	焼そばめし エ 948 kcal た 24.2 g 脂 28.9 g 炭 147.7 g 食塩 4.5 g	豚肉と春雨の韓国風丼 エ 768 kcal た 22.2 g 脂 17.5 g 炭 132.7 g 食塩 2.3 g	照りマヨ豚丼 エ 813 kcal た 24.7 g 脂 23.4 g 炭 126.3 g 食塩 2.1 g
カレー440円 大盛510円 ミニカレー360円	ポークカレー エ 830 kcal た 17.3 g 脂 21.6 g 炭 144.0 g 食塩 4.3 g	ポークカレー エ 830 kcal た 17.3 g 脂 21.6 g 炭 144.0 g 食塩 4.3 g	ポークカレー エ 830 kcal た 17.3 g 脂 21.6 g 炭 144.0 g 食塩 4.3 g	ポークカレー エ 830 kcal た 17.3 g 脂 21.6 g 炭 144.0 g 食塩 4.3 g	ポークカレー エ 830 kcal た 17.3 g 脂 21.6 g 炭 144.0 g 食塩 4.3 g	ポークカレー エ 830 kcal た 17.3 g 脂 21.6 g 炭 144.0 g 食塩 4.3 g

中学生の麺類提供は土曜日のみです

和麺 390円 大盛460円	わかめうどん・そば エ 341 kcal た 11.7 g 脂 1.6 g 炭 70.9 g 食塩 5.7 g		わかめうどん・そば エ 341 kcal た 11.7 g 脂 1.6 g 炭 70.9 g 食塩 5.7 g		わかめうどん・そば 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 450円 大盛520円	カレーうどん・そば エ 508 kcal た 16.6 g 脂 16.1 g 炭 76.2 g 食塩 3.3 g		カレーうどん・そば エ 508 kcal た 16.6 g 脂 16.1 g 炭 76.2 g 食塩 3.3 g		カレーうどん・そば エ 508 kcal た 16.6 g 脂 16.1 g 炭 76.2 g 食塩 3.3 g	
中華麺/パスタ 500円 大盛570円		【鳥取県】素ラーメン風 和出汁中華そば エ 434 kcal た 16.5 g 脂 8.5 g 炭 72.8 g 食塩 4.8 g		味噌ラーメン エ 447 kcal た 19.7 g 脂 10.8 g 炭 67.9 g 食塩 6.6 g		塩ラーメン エ 360 kcal た 15.6 g 脂 5.5 g 炭 62.5 g 食塩 7.0 g
小鉢 100円	本日の小鉢	本日の小鉢	本日の小鉢	本日の小鉢	本日の小鉢	本日の小鉢
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



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。