

Weekly Menu

10号館	4月21日(月)			4月22日(火)			4月23日(水)			4月24日(木)			4月25日(金)		
プレートライス	鶏唐揚げプレート	¥400		鶏唐揚げプレート	¥400		鶏唐揚げプレート	¥400		鶏唐揚げプレート	¥400		鶏唐揚げプレート	¥400	
	選べるソース	822 kcal		選べるソース	822 kcal		選べるソース	822 kcal		選べるソース	822 kcal		選べるソース	822 kcal	
	蛋白 29.5g 脂質 35.9g 塩分 2.0g			蛋白 29.5g 脂質 35.9g 塩分 2.0g			蛋白 29.5g 脂質 35.9g 塩分 2.0g			蛋白 29.5g 脂質 35.9g 塩分 2.0g			蛋白 29.5g 脂質 35.9g 塩分 2.0g		
CURRY	スエヒロカレー	¥360		スエヒロカレー	¥360		スエヒロカレー	¥360		スエヒロカレー	¥360		スエヒロカレー	¥360	
		646 kcal			646 kcal			646 kcal			646 kcal			646 kcal	
	蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g			蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g			蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g			蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g			蛋白 13.2g 脂質 17.7g 塩分 3.9g		
中華彩菜 麺	醤油・味噌・塩	¥360		醤油・味噌・塩	¥360		醤油・味噌・塩	¥360		醤油・味噌・塩	¥360		醤油・味噌・塩	¥360	
	ラーメン	463 kcal		ラーメン	463 kcal		ラーメン	463 kcal		ラーメン	463 kcal		ラーメン	463 kcal	
	蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g			蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g			蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g			蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g			蛋白 19.4g 脂質 12.4g 塩分 7.2g		

*HOT SNACK ¥150
ライス大盛¥50 / カレー大盛¥120/ 麺 大盛¥120

11号館	4月21日(月)			4月22日(火)			4月23日(水)			4月24日(木)			4月25日(金)		
定食A	タンドリーチキン	¥550		牛肉の四川風炒め ＜魚香牛肉＞	¥550		ハンバーグ オニオンソース	¥550		いわしのフライ	¥550		名古屋風味噌かつ	¥550	
		539 kcal			795 kcal			845 kcal			811 kcal			974 kcal	
	蛋白 33.3g 脂質 3.4g 塩分 2.8g			蛋白 24.1g 脂質 29.4g 塩分 2.9g			蛋白 28.5g 脂質 22.8g 塩分 4.3g			蛋白 22.8g 脂質 31.0g 塩分 3.5g			蛋白 29.1g 脂質 32.7g 塩分 5.2g		
定食B	中華五目うま煮 ＜八宝菜＞	¥550		若鶏の唐揚げ みぞれがけ	¥550		韓国 ヤンニョムチキン	¥550		ニラともやしの 豚肉スタミナ焼	¥550		若鶏の塩葱焼	¥550	
		692 kcal			756 kcal			948 kcal			689 kcal			751 kcal	
	蛋白 26.9g 脂質 20.4g 塩分 4.4g			蛋白 31.4g 脂質 20.3g 塩分 5.0g			蛋白 32.6g 脂質 37.5g 塩分 5.3g			蛋白 20.9g 脂質 20.7g 塩分 3.3g			蛋白 34.6g 脂質 23.5g 塩分 3.0g		
週替わり定食	アジフライと メンチカツ	¥500		アジフライと メンチカツ	¥500		アジフライと メンチカツ	¥500		アジフライと メンチカツ	¥500		アジフライと メンチカツ	¥500	
		746 kcal			746 kcal			746 kcal			746 kcal			746 kcal	
	蛋白 21.9g 脂質 19.8g 塩分 2.7g			蛋白 21.9g 脂質 19.8g 塩分 2.7g			蛋白 21.9g 脂質 19.8g 塩分 2.7g			蛋白 21.9g 脂質 19.8g 塩分 2.7g			蛋白 21.9g 脂質 19.8g 塩分 2.7g		
アラカルト	特選カレー	¥390		オムライス トマトクリームソース	¥500		鶏照焼丼	¥500		特選カレー	¥390		特選カレー	¥390	
		660 kcal			850 kcal			843 kcal			660 kcal			660 kcal	
	蛋白 11.7g 脂質 15.7g 塩分 3.0g			蛋白 25.7g 脂質 32.0g 塩分 3.2g			蛋白 40.8g 脂質 30.2g 塩分 1.9g			蛋白 11.7g 脂質 15.7g 塩分 3.0g			蛋白 11.7g 脂質 15.7g 塩分 3.0g		
中華彩菜 麺	特選ラーメン	¥390		特選ラーメン	¥390		特選ラーメン	¥390		特選ラーメン	¥390		魚介だしつけ麺	¥420	
		452 kcal			452 kcal			452 kcal			452 kcal			718 kcal	
	蛋白 21.3g 脂質 11.1g 塩分 6.4g			蛋白 21.3g 脂質 11.1g 塩分 6.4g			蛋白 21.3g 脂質 11.1g 塩分 6.4g			蛋白 21.3g 脂質 11.1g 塩分 6.4g			蛋白 26.7g 脂質 21.9g 塩分 6.9g		
ミニ弁当	ミニハンバーグ弁当 BBQソース	¥330		ミニ 豚キムチ弁当	¥330		ミニ豚肉の生姜焼弁当	¥330		ミニ鶏唐揚げ弁当 葱ソース	¥330		ミニ豚肉の韓国 味噌漬焼弁当	¥330	
		478 kcal			580 kcal			440 kcal			756 kcal			775 kcal	
	蛋白 17.0g 脂質 13.9g 塩分 1.5g			蛋白 19.1g 脂質 17.0g 塩分 3.9g			蛋白 14.9g 脂質 12.0g 塩分 1.2g			蛋白 27.5g 脂質 30.1g 塩分 2.0g			蛋白 25.7g 脂質 31.8g 塩分 3.7g		

* 週替わり定食は 12:15 前後からの販売となります
ライス単品¥150 / 味噌汁¥50
定食ライス大盛¥50 / アラカルト・カレー 大盛¥120 / 麺 大盛¥120