

Weekly Menu

10号館	5月26日(月)		5月27日(火)		5月28日(水)		5月29日(木)		5月30日(金)	
プレートライス	鶏唐揚プレート	¥400								
	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								
		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 ラーメン	¥360								
		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										
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 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	白身魚フライと ヒレカツ	¥500								
		582 kcal								
	蛋白 18.0g 脂質 18.0g 塩分 2.0g		蛋白 18.0g 脂質 18.0g 塩分 2.0g		蛋白 18.0g 脂質 18.0g 塩分 2.0g		蛋白 18.0g 脂質 18.0g 塩分 2.0g		蛋白 18.0g 脂質 18.0g 塩分 2.0g	
アラカルト	特選カレー	¥390								
		660 kcal								
	蛋白 11.7g 脂質 15.7g 塩分 3.0g		蛋白 11.7g 脂質 15.7g 塩分 3.0g		蛋白 11.7g 脂質 15.7g 塩分 3.0g		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