

# Weekly Menu

10号館	6月2日(月)		6月3日(火)		6月4日(水)		6月5日(木)		6月6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	ササミカツ	¥550	味噌チキンカツ	¥550	チキン南蛮	¥550	若鶏のカレー風味 チーズ焼	¥550	鶏ももの唐揚 タルタルソース	¥550
	タルタルソース	870 kcal		829 kcal		1057 kcal		858 kcal		876 kcal
	蛋白 25.2g 脂質 27.9g 塩分 3.5g		蛋白 27.3g 脂質 30.5g 塩分 4.1g		蛋白 38.3g 脂質 42.6g 塩分 5.9g		蛋白 34.5g 脂質 23.9g 塩分 3.3g		蛋白 33.6g 脂質 37.1g 塩分 3.6g	
定食B	茄子と挽肉の辛子煮 ＜麻婆茄子＞	¥550	豚肉ときのこの オイスター炒め	¥550	チーズハンバーグ デミソース	¥550	豚肉の生姜焼	¥550	まぐろハラモの照焼	¥550
		721 kcal		781 kcal		820 kcal		828 kcal		646 kcal
	蛋白 16.0g 脂質 21.5g 塩分 4.6g		蛋白 27.0g 脂質 28.1g 塩分 4.4g		蛋白 30.1g 脂質 21.1g 塩分 4.3g		蛋白 27.0g 脂質 33.6g 塩分 4.7g		蛋白 46.2g 脂質 3.3g 塩分 4.4g	
週替わり定食	昔ながらコロケと 海老フライ	¥550	昔ながらコロケと 海老フライ	¥550	昔ながらコロケと 海老フライ	¥550	昔ながらコロケと 海老フライ	¥550	昔ながらコロケと 海老フライ	¥550
		813 kcal		813 kcal		813 kcal		813 kcal		813 kcal
	蛋白 18.2g 脂質 22.1g 塩分 3.3g		蛋白 18.2g 脂質 22.1g 塩分 3.3g		蛋白 18.2g 脂質 22.1g 塩分 3.3g		蛋白 18.2g 脂質 22.1g 塩分 3.3g		蛋白 18.2g 脂質 22.1g 塩分 3.3g	
アラカルト	特選カレー	¥390	特選カレー	¥390	豚月見井	¥500	特選カレー	¥390	特選カレー	¥390
		660 kcal		660 kcal		892 kcal		660 kcal		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 31.1g 脂質 33.4g 塩分 5.2g		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	豚肉塩だれ弁当	¥330	ミニタンドリーチキン 弁当	¥330	ミニ鶏ももの 味噌漬焼弁当	¥330	ミニハンバーグ弁当 トマトソース	¥330	ミニソースかつ井	¥330
		537 kcal		578 kcal		506 kcal		550 kcal		432 kcal
	蛋白 18.6g 脂質 16.4g 塩分 1.1g		蛋白 20.6g 脂質 20.1g 塩分 0.6g		蛋白 23.2g 脂質 17.1g 塩分 1.4g		蛋白 18.5g 脂質 14.5g 塩分 1.3g		蛋白 10.3g 脂質 3.3g 塩分 2.5g	

\* 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