

Weekly Menu

10号館	7月21日(月)			7月22日(火)			7月23日(水)			7月24日(木)			7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	7月21日(月)			7月22日(火)			7月23日(水)			7月24日(木)			7月25日(金)		
定食A	タンドリーチキン	¥550		牛肉の四川風炒め	¥550		ハンバーグ	¥550		いわしのフライ	¥550		名古屋風味噌かつ	¥550	
		539 kcal		<魚香牛肉>	795 kcal		オニオンソース	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	¥550		若鶏の唐揚げ	¥550		韓国	¥550		ニラともやしの	¥550		若鶏の塩葱焼	¥550	
	<八宝菜>	692 kcal		みぞれがけ	756 kcal		ヤンニョムチキン	948 kcal		豚肉スタミナ焼	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	¥500		アジフライと	¥500		アジフライと	¥500		アジフライと	¥500		アジフライと	¥500	
	メンチカツ	746 kcal		メンチカツ	746 kcal		メンチカツ	746 kcal		メンチカツ	746 kcal		メンチカツ	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		特選カレー	¥390		特選カレー	¥390		特選カレー	¥390		特選カレー	¥390	
		660 kcal			660 kcal			660 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 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	冷し豚しゃぶうどんセット	¥600		冷し豚しゃぶうどんセット	¥600		冷し豚しゃぶうどんセット	¥600		冷し豚しゃぶうどんセット	¥600		冷し豚しゃぶうどんセット	¥600	
		900 kcal			900 kcal			900 kcal			900 kcal			900 kcal	
	蛋白 23.2g 脂質 32.1g 塩分 5.2g			蛋白 23.2g 脂質 32.1g 塩分 5.2g			蛋白 23.2g 脂質 32.1g 塩分 5.2g			蛋白 23.2g 脂質 32.1g 塩分 5.2g			蛋白 23.2g 脂質 32.1g 塩分 5.2g		
ミニ弁当	ミニハンバーグ弁当	¥330		ミニ	¥330		ミニソースかつ丼	¥330		ミニ白身魚のフライ	¥330		ミニ豚肉の韓国	¥330	
	BBQソース	478 kcal		豚キムチ弁当	580 kcal			432 kcal		タルタルソース弁当	432 kcal		味噌漬焼弁当	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 10.3g 脂質 3.3g 塩分 2.5g			蛋白 11.0g 脂質 12.0g 塩分 0.7g			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