

Weekly Menu

10号館	9月29日(月)				9月30日(火)				10月1日(水)				10月2日(木)				10月3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		919 kcal		選べるソース		919 kcal		選べるソース		919 kcal		選べるソース		919 kcal		選べるソース		919 kcal					
	蛋白	37.8 g	脂質	39.9 g	塩分	3.6 g	蛋白	37.8 g	脂質	39.9 g	塩分	3.6 g	蛋白	37.8 g	脂質	39.9 g	塩分	3.6 g	蛋白	37.8 g	脂質	39.9 g	塩分	3.6 g
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	13.2 g	脂質	17.7 g	塩分	3.9 g	蛋白	13.2 g	脂質	17.7 g	塩分	3.9 g	蛋白	13.2 g	脂質	17.7 g	塩分	3.9 g	蛋白	13.2 g	脂質	17.7 g	塩分	3.9 g
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	19.4 g	脂質	12.4 g	塩分	7.2 g	蛋白	19.4 g	脂質	12.4 g	塩分	7.2 g	蛋白	19.4 g	脂質	12.4 g	塩分	7.2 g	蛋白	19.4 g	脂質	12.4 g	塩分	7.2 g

*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	チーズハンバーグ デミソース				¥550 820 kcal	エスニックフライドチキン 特製スイートチリソース				¥550 937 kcal	ねぎねぎポン酢マヨ チキンカツ				¥550 674 kcal	煮込みハンバーグ デミソース				¥550 738 kcal	チキン南蛮				¥550 1057 kcal					
	蛋白	30.1 g	脂質	21.1 g	塩分	4.3 g	蛋白	34.4 g	脂質	38.6 g	塩分	3.4 g	蛋白	26.0 g	脂質	10.5 g	塩分	5.2 g	蛋白	23.9 g	脂質	14.9 g	塩分	2.5 g	蛋白	38.3 g	脂質	42.6 g	塩分	5.9 g
定食B	鶏唐揚げの チリソース煮				¥550 859 kcal	茄子と挽肉の炒め ＜醤爆茄子＞				¥550 746 kcal	豚バラの生姜焼				¥550 869 kcal	中華五目うま煮 ＜八宝菜＞				¥550 692 kcal	鯖の味噌煮				¥550 805 kcal					
	蛋白	29.1 g	脂質	29.1 g	塩分	3.4 g	蛋白	19.5 g	脂質	26.7 g	塩分	3.0 g	蛋白	24.1 g	脂質	37.3 g	塩分	2.9 g	蛋白	26.9 g	脂質	20.4 g	塩分	4.4 g	蛋白	34.4 g	脂質	22.5 g	塩分	3.8 g
週替わり定食	アジフライと メンチカツ				¥500 746 kcal	アジフライと メンチカツ				¥500 746 kcal	アジフライと メンチカツ				¥500 746 kcal	アジフライと メンチカツ				¥500 746 kcal	アジフライと メンチカツ				¥500 746 kcal					
	蛋白	21.9 g	脂質	19.8 g	塩分	2.7 g	蛋白	21.9 g	脂質	19.8 g	塩分	2.7 g	蛋白	21.9 g	脂質	19.8 g	塩分	2.7 g	蛋白	21.9 g	脂質	19.8 g	塩分	2.7 g	蛋白	21.9 g	脂質	19.8 g	塩分	2.7 g
アラカルト	特選カレー				¥390 660 kcal	特選カレー				¥390 660 kcal	オムライス デミグラスソース				¥500 957 kcal	特選カレー				¥390 660 kcal	特選カレー				¥390 660 kcal					
	蛋白	11.7 g	脂質	15.7 g	塩分	3.0 g	蛋白	11.7 g	脂質	15.7 g	塩分	3.0 g	蛋白	29.9 g	脂質	34.3 g	塩分	5.5 g	蛋白	11.7 g	脂質	15.7 g	塩分	3.0 g	蛋白	11.7 g	脂質	15.7 g	塩分	3.0 g
中華彩菜 麺	特選ラーメン				¥390 452 kcal	特選ラーメン				¥390 452 kcal	特選ラーメン				¥390 452 kcal	特選ラーメン				¥390 452 kcal	魚介だしつけ麺				¥420 718 kcal					
	蛋白	21.3 g	脂質	11.1 g	塩分	6.4 g	蛋白	21.3 g	脂質	11.1 g	塩分	6.4 g	蛋白	21.3 g	脂質	11.1 g	塩分	6.4 g	蛋白	21.3 g	脂質	11.1 g	塩分	6.4 g	蛋白	26.7 g	脂質	21.9 g	塩分	6.9 g
ミニ弁当	ミニ鶏肉塩だれ 弁当				¥330 527 kcal	ミニ 豚キムチ弁当				¥330 580 kcal	ミニタンドリーチキン 弁当				¥330 578 kcal	ミニ豚肉の生姜焼弁当				¥330 440 kcal	ミニ味噌カツ弁当				¥330 512 kcal					
	蛋白	20.6 g	脂質	14.4 g	塩分	1.2 g	蛋白	19.1 g	脂質	17.0 g	塩分	3.9 g	蛋白	20.6 g	脂質	20.1 g	塩分	0.6 g	蛋白	14.9 g	脂質	12.0 g	塩分	1.2 g	蛋白	15.8 g	脂質	14.2 g	塩分	1.8 g

* 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