

# Weekly Menu

10号館	1月19日(月)				1月20日(火)				1月21日(水)				1月22日(木)				1月23日(金)			
プレートライス																				
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	
			646 kcal				646 kcal				646 kcal								646 kcal	
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	
	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 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 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	ねぎねぎボン酢マヨ チキンカツ		¥550		味噌チキンカツ		¥550		韓国 ヤンニョムチキン		¥550		鶏ももの味噌漬焼き		¥550		若鶏の立田揚 和風あんかけ		¥550	
				674 kcal				820 kcal				948 kcal		849 kcal				855 kcal			
	定食B	チーズハンバーグ デミソース		¥550		豚肉キャベツ味噌炒め ＜回鍋肉＞		¥550		ハンバーグ おろしポン酢		¥550		麻婆豆腐		¥550		ササミカツ タルタルソース		¥550	
				820 kcal				854 kcal				704 kcal		731 kcal				870 kcal			
	週替わり定食	ミックスフライ		¥500		ミックスフライ		¥500		ミックスフライ		¥500		ミックスフライ		¥500		ミックスフライ		¥500	
				745 kcal				745 kcal				745 kcal		745 kcal				745 kcal			
	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	
				650 kcal				650 kcal				650 kcal		650 kcal				650 kcal			
	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		特選ラーメン		¥390	
				452 kcal				452 kcal				452 kcal		452 kcal				452 kcal			
	ミニ弁当	ミニ味噌カツ弁当		¥330		ミニタンドリーチキン 弁当		¥330		ミニ白身魚のフライ タルタルソース弁当		¥330		鶏唐揚げ弁当 ヤンニョム		¥330		ミニ鶏ももの 味噌漬焼弁当		¥330	
				512 kcal				578 kcal				432 kcal		716 kcal				506 kcal			
		蛋白 15.8g 脂質 14.2g 塩分 1.8g				蛋白 20.6g 脂質 20.1g 塩分 0.6g				蛋白 11.0g 脂質 12.0g 塩分 0.7g				蛋白 27.1g 脂質 28.7g 塩分 1.5g				蛋白 23.2g 脂質 17.1g 塩分 1.4g			

\* 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