

# Weekly Menu

11号館 新食	4月20日(月)		4月21日(火)		4月22日(水)		4月23日(木)		4月24日(金)	
定食A	韓国	¥550	若鶏唐揚 香味ソース	¥550	豚肉ときのこの	¥550	あじフライ	¥550	ねぎねぎポン酢マヨ	¥550
	ヤンニョムチキン	948 kcal	<油淋鶏>	817 kcal	オイスター炒め	725 kcal	和風タルタル	801 kcal	チキンカツ	674 kcal
	蛋白 32.6g 脂質 37.5g 塩分 5.3g		蛋白 32.0g 脂質 29.0g 塩分 3.3g		蛋白 29.7g 脂質 20.9g 塩分 4.4g		蛋白 22.2g 脂質 25.6g 塩分 4.1g		蛋白 26.0g 脂質 10.5g 塩分 5.2g	
定食B	ソースかつ井	¥550	豚月見井	¥550	若鶏の唐揚	¥550	ダッカルビ井	¥550	麻婆井	¥550
		651 kcal		857 kcal	マヨラー井	1023 kcal	(若鶏のピリ辛焼)	970 kcal	(豆腐と挽肉煮込井)	690 kcal
	蛋白 16.9g 脂質 14.0g 塩分 2.8g		蛋白 32.8g 脂質 28.9g 塩分 5.2g		蛋白 32.4g 脂質 49.7g 塩分 3.2g		蛋白 36.2g 脂質 32.0g 塩分 5.2g		蛋白 23.0g 脂質 19.5g 塩分 4.3g	
プレートランチ	ハンバーグプレート	¥500	ハンバーグプレート	¥500	ハンバーグプレート	¥500	ハンバーグプレート	¥500	ハンバーグプレート	¥500
		866 kcal		866 kcal		866 kcal		866 kcal		866 kcal
	蛋白 28.9g 脂質 21.5g 塩分 4.8g		蛋白 28.9g 脂質 21.5g 塩分 4.8g		蛋白 28.9g 脂質 21.5g 塩分 4.8g		蛋白 28.9g 脂質 21.5g 塩分 4.8g		蛋白 28.9g 脂質 21.5g 塩分 4.8g	
CURRY	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
	蛋白 12.2g 脂質 14.3g 塩分 3.0g		蛋白 12.2g 脂質 14.3g 塩分 3.0g		蛋白 12.2g 脂質 14.3g 塩分 3.0g		蛋白 12.2g 脂質 14.3g 塩分 3.0g		蛋白 12.2g 脂質 14.3g 塩分 3.0g	
中華彩菜 麺	煮玉子ラーメン	¥480	煮玉子ラーメン	¥480	煮玉子ラーメン	¥480	煮玉子ラーメン	¥480	煮玉子ラーメン	¥480
		574 kcal		574 kcal		574 kcal		574 kcal		574 kcal
	蛋白 27.6g 脂質 19.2g 塩分 7.6g		蛋白 27.6g 脂質 19.2g 塩分 7.6g		蛋白 27.6g 脂質 19.2g 塩分 7.6g		蛋白 27.6g 脂質 19.2g 塩分 7.6g		蛋白 27.6g 脂質 19.2g 塩分 7.6g	
和菜麺	かけうどん/そば	¥360	かけうどん/そば	¥360	かけうどん/そば	¥360	かけうどん/そば	¥360	かけうどん/そば	¥360
		297 kcal		297 kcal		297 kcal		297 kcal		297 kcal
	蛋白 11.3g 脂質 2.0g 塩分 3.8g		蛋白 11.3g 脂質 2.0g 塩分 3.8g		蛋白 11.3g 脂質 2.0g 塩分 3.8g		蛋白 11.3g 脂質 2.0g 塩分 3.8g		蛋白 11.3g 脂質 2.0g 塩分 3.8g	

ライス単品 ¥180 / 味噌汁 ¥80

定食ライス 大盛 ¥100 / カレー 大盛 ¥150 / 麺 大盛 ¥150

10号館 地下食

CURRY			スエヒロカレー	¥360	スエヒロカレー	¥360				
				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					
中華彩菜 麺	味噌ラーメン	¥360	味噌ラーメン	¥360	味噌ラーメン	¥360	味噌ラーメン	¥360	味噌ラーメン	¥360
		400 kcal		400 kcal		400 kcal		400 kcal		400 kcal
	蛋白 17.7g 脂質 5.5g 塩分 6.1g		蛋白 17.7g 脂質 5.5g 塩分 6.1g		蛋白 17.7g 脂質 5.5g 塩分 6.1g		蛋白 17.7g 脂質 5.5g 塩分 6.1g		蛋白 17.7g 脂質 5.5g 塩分 6.1g	

カレー大盛 ¥150 / 麺 大盛 ¥150

【営業時間】 11号館 10:00~14:00(定食 10:30~) / 10号館 10:00~13:00