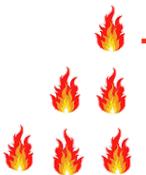


週間献立表

Sale Items	12月8日 Monday	12月9日 Tuesday	12月10日 Wednesday	12月11日 Thursday	12月12日 Friday	12月13日 Saturday	12月14日 Sunday		
日替わりヘルシーセット (小鉢A2品+ご飯+汁物)	鶏むね肉の タンドリー蒸し 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 166kcal / 1.1g	厚揚げとナメコの ゆず胡椒おろしそば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 392kcal / 1.2g	茄子とオクラのさば キーマカレー 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 436 kcal / 1.1 g	イベントメニュー! 鱈のアクアパッツァ風 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 214kcal / 2.8g	かさ増しオムライス 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 474kcal / 1.2g				
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	牛焼き肉 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 476kcal / 3.3g	鶏肉のから揚げ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 321kcal / 2.8g	鯖の七味焼  玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 263kcal / 2.8g	チキンかつおろしポン 酢 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 389 kcal 2.8 g	ハンバーグデミソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 kcal g	ワンコインカレー ワンコイン和麺は 学生限定です。 学生以外の方は通常の食券をお 買い求めください。			
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	白湯ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 525 kcal / 5.3 g	ワンタンメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 702 kcal / 6.6 g	関西出汁の うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 512 kcal / 4.2 g	二郎系油そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 kcal / g	京風かきたま うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 623kcal / 2.1g			水曜 100円 カレー・うどん・そばの日!	
定番麺 (単品) 和麺：月・水・金	きつね・たぬき 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	きつね・たぬき 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	きつね・たぬき 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ニコニコランチ250円は 月曜日・金曜日実施			
日替わり丼 (汁物付)	ガパオライス 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 kcal / g	マーボー丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 740 kcal / 2.9 g	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	牛丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 711kcal / 2.6g	角煮丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 826kcal / 2.9g			辛さの目安  チョイ辛!  辛い!   激辛!	
カレーライス (単品)	ポークカレー(中辛・甘口) 765kcal / 3.3g								
カレー トッピング	豚カツ 100円 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生								
小鉢 A	青じそ香るかぼちゃと ひじきのサラダ 63 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	エノキともやし紅生姜 炒め 44 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ふろふき大根 44kcal / 1.2g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	いか・きゅうり・大根 のわさびオイル和え 58 kcal / 0.5 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ザーサイともやし ピリ辛炒め 40kcal / 2.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生				
小鉢 A	人参とツナのヨーグル トサラダ 88 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	蒸しマーボー豆腐 63 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	白菜おひたし 32 kcal / 0.3 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	根菜煮物 45 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	肉団子 113 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生				
小鉢 A	貝柱フライ 92kcal / 1.1g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	茄子と菜の花の 白湯煮し 51kcal / 0.8g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	根菜のトマトドレサラダ 59kcal / 0.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	えのきときくらげの コリコリナムル 25kcal / 1.3g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	カブと若芽の 塩糰和え 27kcal / 0.9g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生				
小鉢 B	明太ポテトサラダ 120 kcal / 0.6 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	シェルマカロニ サラダ 86 kcal / 0.8 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	豆腐サラダ海苔ドレッシング 41 kcal / 0.2 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	小エビのサラダ 114 kcal / 0.2 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	南瓜サラダ 140 kcal / 0.7 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生				

※仕入れの状況によりメニューが一部変更することもあります。予めご了承下さい。

※栄養価表示：エネルギー/塩分

※当食堂のお米は国産米を使用しております。

※アレルギー表示は5大アレルゲンを表示しています。

12月のイベントメニューは「イタリアンフェアです！」