

週間献立表

Sale Items	5月19日 Monday	5月20日 Tuesday	5月21日 Wednesday	5月22日 Thursday	5月23日 Friday	5月24日 Saturday	5月25日 Sunday
ヘルシーセット (小鉢A2種類+ご飯+汁物)	鶏肉とキャベツの だし煮 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 168kcal / 1.8g	鶏ムネ肉のカレー ムニエル生姜風味 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 243kcal / 2.8g	鶏肉の南部焼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 228kcal / 1.3g	鶏ささフリッター 香味ソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 242kcal / 1.3g	鯖の梅煮竹の子と ふきの土佐煮添え 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 221kcal / 2.0k		
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	ニコニコランチ トンカツ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 422kcal / 2.9g	回鍋肉 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 428kcal / 2.8g	豚キムチ炒め 温玉添え 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 254kcal / 1.9g	イベントメニュー ホワイトチーズ ハンバーグ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 376kcal / 2.3g	ニコニコランチ 鶏肉のピリ辛ソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 440kcal / 1.5g		
日替わり麺 (単品)	豚骨醤油ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 711kcal / 6.9g	ゆず風味 塩ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 483kcal / 4.9g	ワンコインかきたま うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ジャージャー麺 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 539kcal / 3.5g	肉うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	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。	
定番麺 (単品)		きつね・たぬき・ざる		きつね・たぬき・ざる			
日替わり丼 (汁物付)	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ビビンバ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 671kcal / 1.8g	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	生姜焼き丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 737kcal / 2.9g	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	月・金ニコニコランチ (250円) 学生限定	
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	さつま揚げ煮 134 kcal / 0.8 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	竹輪磯部揚げ 113 kcal / 0.2 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	カブと若芽の 塩糀和え 27kcal / 0.9g 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	辛さの目チョイ 辛 ..×□°△× 激	
	小鉢 A	焼きビーフン 78 kcal / 0.3 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	きんぴら牛蒡 67 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		
小鉢 A		いんげんと油揚げの海 苔胡麻和え 63kcal / 0.6g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	大根サラダピリ辛納豆 ドレッシング 42kcal / 0.2g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	切干大根とほうれん草の ピリ辛キムチ和え 57kcal / 1.g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生			
小鉢 B	ブロッコリーサラダ 54kcal / 0.1g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ペンネサラダ 112kcal / 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	カブとささみの サラダ 49kcal / 1.g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	カリフラワー ベーコンサラダ 123kcal / 0.4g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ゴボウサラダ 123kcal / 0.8g 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。

※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大アレルギーを表示しています。

5月のイベントメニューは「ハンバーグフェアです！」

※栄養価表示：エネルギー/塩分