

週 間 献 立 表

Sale Items	1月26日 Monday	1月27日 Tuesday	1月28日 Wednesday	1月29日 Thursday	1月30日 Friday	1月31日 Saturday	2月1日 Sunday
ヘルシーセット お弁当 420円～	鶏胸肉の黒酢 照り焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 245kcal / 2.4 g	鯖の煮つけ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 221kcal / 2.3 g	鶏むね肉と彩野菜の せいろ蒸し 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 183kcal / 1.5 g	お弁当各種 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生			/
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	回鍋肉 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 263 kcal / 2.8 g	鶏の黒ゴマ唐揚げと きくらげの黒酢あん 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 543 kcal / 2.9 g	ミックスフライ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 499 kcal / 2.9 g	ポークチャップ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 234 kcal / 4.2 g	チキンソテー ガーリックソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 302 kcal / 2.8 g	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	鶏白湯ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 662 kcal / 6.4 g	台湾ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 525 kcal / 6.4 g	野菜ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 kcal / g	混ぜそば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 kcal / g	カレー南蛮 うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 589 kcal / 5.4 g	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生
定番麺 (単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木		キツネ・タヌキ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	キツネ・タヌキ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生				
日替わり丼 (汁物付)	ナシゴレン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 937 kcal / 3.3 g	牛丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 711 kcal / 2.6 g	オムライス 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 655 kcal / 2.8 g	トンテキ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 699 kcal / 3.8 g	ガーリック塩麻婆丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 288 kcal / 1.8 g	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生
カレーライス (単品)	ポークカレー (中辛・甘口) 765kcal 3.3g		カレー (サービス) 商品購入の方のみ			辛さの目安 🔥チョイ辛！ 🔥🔥辛い！ 🙄 🔥🔥🔥 ..×□°△× 激辛！	
カレー トッピング	豚カツ 100円						
小鉢 A	アスパラピーナッツ和え 74 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	もやしのナムル 42kcal / 1.9g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生					
小鉢 A	ブロッコリーマリネ 88 kcal / 0.8 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	金平牛蒡 75kcal / 0.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	お楽しみ小鉢				
小鉢 A	小松菜お浸し 65 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ハムとキャベツの マヨネーズ和え 87kcal / 0.6g 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	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					

※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。

2月のイベントメニューは「ラーメンフェアです！」