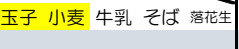


週 間 献 立 表

Sale Items	9月23日 Monday	9月24日 Tuesday	9月25日 Wednesday	9月26日 Thursday	9月27日 Friday	9月28日 Saturday	9月29日 Sunday
日替わり ヘルシーセット (小鉢A2品+ご飯+汁物)	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	白身魚の香草 パン粉焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 249kcal / 1.5g	ヘルシーチーズ ハンバーグ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 300kcal / 2.1g	ホキのトマトチーズ焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 187 kcal / 2.6 g	鯖の煮つけ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 221kcal / 2.3 g		
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ポークチャップ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 734 kcal / 7.1 g	 家常豆腐 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 785kcal / 6.6g	油淋鶏 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 252kcal / 1.9g	鮭の味噌 マヨネーズ焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 567kcal / 4.8 g	/	
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	台湾ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 538kcal / 2.8g	冷やし坦々 うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 576kcal / 4.5g	イベントメニュー トマトとポークのエスニック 和え麺 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 623kcal / 3.9g	関西風 うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 552kcal / 3.8g	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) 和麺：月・水・金	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	醤油・味噌・塩 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	醤油・味噌・塩 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
日替わり丼 (汁物付)	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ナシゴレン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 643kcal / 2.4g	 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ソースかつ丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 539kcal / 1.8g	 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	水曜・金曜100円 カレー・うどん・そばの日！	
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		カレーコロッケ 112kcal / 0.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ブロッコリーのマリネ 68kcal / 0.8g 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	切干大根煮つけ 98kcal / 1.4g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	辛さの目安 チョイ辛！ 辛い！   ..×□°△× 激辛！	
小鉢 A		こんにゃくピリ炒め 32kcal / 0.3g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	茄子の煮浸し 97kcal / 0.1g 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	ほうれん草ピーナツ和え 61kcal / 0.4g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A		オクラとカニカマの ワサビポン酢和え 33kcal / 0.8g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	レンコンのコチジャンナムル 58kcal / 0.9g 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	コンニャクとピーマンの ガーリックソテー 58kcal / 0.6g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 B		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。

※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。