

週 間 献 立 表

Sale Items	6月23日 Monday	6月24日 Tuesday	6月25日 Wednesday	6月26日 Thursday	6月27日 Friday	6月28日 Saturday	6月29日 Sunday
ヘルシーセット お弁当 420円～	鶏肉とキャベツの だし煮 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 168kcal / 1.8 g	鶏ささみフリッター 香味ソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 242kcal / 1.3 g	ヘルシーチーズ ハンバーグ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 300kcal / 2.1 g	鶏ささみ エビマヨ風 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 290 kcal / 1.8 g	鯖の煮つけ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 221kcal / 2.3 g	252kcal / 1.9 g	
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	和風ハンバーグ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 432kcal / 2.9 g	チキンかつ おろしポン酢 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 389kcal / 2.8 g	鮭の味噌 マヨネーズ焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 336kcal / 1.7 g	肉野菜炒め 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 227kcal / 2.8 g	チキンガーリック ソテー 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 428 kcal 3.4 g		
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	坦々麺  玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 734 kcal / 7.1 g	白湯ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	イベントメニュー シラスとオクラの 釜玉風うどん 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 431kcal / 3.5 g	キムチラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	冷やし中華  玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 623kcal / 3.1 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。	
定番麺 (単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木		ざるそば・ざるうどん		ざるそば・ざるうどん			
日替わり丼 (汁物付)		ビビンバ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 671kcal / 1.8 g		角煮丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 826kcal / 2.9 g		水曜 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 / 3.3 g						
カレー トッピング	豚カツ 100円 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生					チョイ  辛     ..×□°△× 激	
小鉢 A	温泉たまご 65kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	カレーコロッケ 112kcal / 0.5 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ブロッコリーのマリネ 68kcal / 0.8 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	もやしのナムル 42kcal / 1.9 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	切干大根煮つけ 98kcal / 1.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A	小松菜煮びたし 65kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	こんにゃく ピリ炒め 32kcal / 0.3 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	茄子の煮浸し 97kcal / 0.1 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	金平牛蒡 75kcal / 0.5 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ほうれん草 ピーナツ和え 61kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A	ひじきと大根のなます 54kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	オクラとカニカマの ワサビポン酢和え 33kcal / 0.8 g 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 / 0.9 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 / 0.6 g 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 / 0.6 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 / 0.1 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ペネサラダ 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 ペーコンサラダ 123kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ゴボウサラダ 123kcal / 0.8 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。

※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。

6月のイベントメニューは「冷やし麺フェアです！」

※栄養価表示：エネルギー/塩分



もりのレストラン
by IBU Calisteria