

週間献立表

Sale Items	6月2日 Monday	6月3日 Tuesday	6月4日 Wednesday	6月5日 Thursday	6月6日 Friday	6月7日 Saturday	6月8日 Sunday
ヘルシーセット お弁当 420円～	豚肉と野菜の塩麹蒸し 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 241 kcal / 1.8 g	白身魚のチーズムニエル ミートソースかけ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 217kcal / 1.8g	豚肉のソテー 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 kcal / g	鶏肉柚子胡椒味噌焼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 247 kcal / 2.3 g	ささみの照り焼き オニオンソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 247 kcal / 2.3 g		
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	ビーフストロガノフ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 343kcal / 3.2g	ヤージャン豆腐 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 254kcal / 2.3g	鯖の味噌煮 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 246kcal / 2.8g	牛焼き肉 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 476kcal / 3.3g	シーフードフライ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 450kcal / 2.9g		
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	四川風ピリ辛 つけ麺 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	昔ながらの中華そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 489kcal / 3.9g	イベントメニュー 韓国コングクス風 うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 636kcal / 6.8g	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	冷やし中華 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 623kcal / 3.1g	<p>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。</p>	
定番麺 (単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木		きつね・たぬき・ざる		野菜ラーメン醤油・味噌・塩			
日替わり丼 (汁物付)		牛肉のクッパ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 855kcal / 3.2g		ロコモコ丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /			水曜 100円 カレー・うどん・そばの日!
カレーライス (単品)	<p>ポークカレー(中辛・甘口) 765kcal / 3.3g</p>					<p>辛さの目チオイ辛×□△× 激</p>	
カレー トッピング	<p>豚カツ 100円 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生</p>						
小鉢 A	麻婆もやし 52kcal / 1.g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	キュウリと竹輪の和え物 76kcal / 1.3g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	フロッコリーとかぼの ハムマスタード和え 66kcal / 0.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	キャベツとしらすの 酢の物 43kcal / 2.g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	春雨中華和え 46kcal / 0.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A	ひじき煮 135kcal / 1.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ひじきとアスパラの 生姜風味和え 39kcal / .8g 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	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	竹輪の天のピリ辛 甘酢だれ 87kcal / 1.g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A		茄子の辛子味噌和え 60kcal / 0.3g 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	大根のツナ味噌あん 72kcal / 1.7g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生			
小鉢 B	山芋のサラダ 59kcal / 0.7g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	大根ツナサラダ 54kcal / 0.2g 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	アボガドサラダ 63kcal / 0.6g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	カリフラワーと玉子 サラダ 89kcal / 0.5g 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。

6月のイベントメニューは「冷やし麺フェアです！」

