

週間献立表

Sale Items	3月30日 Monday	3月31日 Tuesday	4月1日 Wednesday	4月2日 Thursday	4月3日 Friday	4月4日 Saturday	4月5日 Sunday
日替わり ヘルシーセット (小鉢A2品+ご飯+汁物)			ヘルシーチーズ ハンバーグ 300 kcal 2.1 g	鮭の香草パン粉焼き 206 kcal 1.0 g	蒸し鶏の ピリ辛ソース🔥 187 kcal 0.8 g	豚肉と野菜の塩 こうじ蒸し 241 kcal 2.4 g	
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	デミ玉ハンバーグ弁 当	ビーフストロガノフ	油淋鶏 252 kcal 1.9 g	豚肉の生姜焼き 426 kcal 2.8 g	トンカツ 420 kcal 2.4 g	鶏肉のから揚げ	
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	販売休止中						
定番麺 (単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木							
日替わり丼 (汁物付)	かつ丼 生姜焼き丼		ハヤシライス 674 kcal 2.9 g	牛丼 711 kcal 2.6 g	トマトカレー 野菜添え 684 kcal 2.3 g	ソースかつ丼 521 kcal 2.2 g	
カレーライス (単品)	ポークカレー 765 kcal 3.3 g						
カレー トッピング	トンカツ・ささみ		販売休止中				
小鉢 A			餃子 104 kcal 0.7 g	焼きピーフン 78 kcal 0.3 g	コロッケ 98 kcal 0.4 g	オクラとワカメ シラス和え 32 kcal 1.4 g	
小鉢 A			茄子の煮びたし 78 kcal 0.6 g	厚揚げの煮物 92 kcal 0.6 g	小松菜辛し和え 56 kcal 0.4 g	かぼちゃ そぼろあん 46 kcal 0.2 g	
小鉢 A			春雨中華和え 46 kcal 0.5 g	ブロッコリーとコー ンの胡麻ドレ和え 68 kcal 0.8 g	もやし梅和え 20 kcal 1.2 g	セロリとごぼうの 金平 44 kcal 0.7 g	
小鉢 B	販売休止中						

※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。ヘルシーセットは、主菜を300Kcal以下で設定しています。

新型コロナウイルスの対策としてお弁当販売になります。

おやつパン工房は1Fに移動しました!



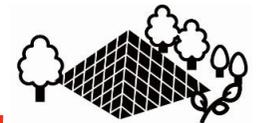
辛さの目安

🔥チヨイ辛!

🔥🔥辛い!

🔥🔥🔥×□△×😞 激辛!

※栄養価表示：エネルギー/塩分



もりのレストラン
by ISU Cafeteria