

週 間 献 立 表

Sale Items	4月30日 Monday	5月1日 Tuesday	5月2日 Wednesday	5月3日 Thursday	5月4日 Friday	5月5日 Saturday	5月6日 Sunday
日替わり ヘルシーセット (小鉢A2品+ご飯+汁物)	振替休日	菜の花と白滝の チャンプルー	白身魚のソテー 豆乳クリームソース	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	
		247kcal / 2.3 g	234kcal / 2.1 g				
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)		デミチーズ ハンバーグ	鶏肉のみぞれ煮				
		444kcal / 3.1 g	344kcal / 1.7 g				
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木		ゆず風味塩ラーメン	韓国風冷やし うどん・そば				
		483kcal / 4.9 g	496kcal / 6.4 g				
定番麺 (単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木		きつね・たぬき・かき揚げ	醤油・味噌・チャーシュー				
日替わり丼 (汁物付)		豚マヨ丼	ソースかつ丼				
		748kcal / 3.8 g	823kcal / 3.4 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		豚カツorから揚げ 100円					
小鉢 A		蒸しシューマイ	ブロッコリーのマリネ				
		68kcal / 0.6 g	68kcal / 0.8 g				
小鉢 A		小松菜胡麻和え	筑前煮				
		52kcal / 0.6 g	73kcal / 0.6 g				
小鉢 A		ザーサイと人参の 中華風炒り豆腐	大根と小松菜の貝柱 あんかけ				
		59 kcal 0.7 g	36 kcal 0.9 g				
小鉢 B		カブとささみのサラダ	卵サラダ				
		49 kcal / 1.0 g	108 kcal / 0.4 g				

※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250Kcal以下で設定しています。**

※栄養価表示：エネルギー/塩分

5月のイベントメニューは<ハワイアン&オキナワワンフェアです！>
太陽がまぶしい季節になると、南国の海が恋しくなりますね！
5月9日(水)16日(水)23日(水)30日(水)実施予定です。
是非！！ 食堂にいらしてください。

