

週間献立表

Sale Items	12月1日 Monday	12月2日 Tuesday	12月3日 Wednesday	12月4日 Thursday	12月5日 Friday	12月6日 Saturday	12月7日 Sunday
日替わり ヘルシーセット (小鉢A2品+ご飯+汁物)	鶏肉とキャベツの だし煮 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 168kcal / 1.8g	ゆで豚と野菜の 胡麻ドレソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 236kcal / 2.3g	鯖のねぎ味噌焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 124kcal / 0.5g	塩麴入り豆腐 ハンバーグ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 300kcal / 2.2g	豚肉と豆腐の オイスターソース煮込み 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 177kcal / 1.4g	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	サーモンフライ とカキフライ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 521kcal / 2.8g	トンカツ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 422kcal / 2.9g	豚キムチ温玉添え 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 254kcal / 1.9g	チキンミラノ風カツレツ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 353kcal / 2.5g	チキン南蛮 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 425kcal / 2.5g	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。	
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 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 483kcal / 4.9g	煮干しラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 682kcal / 6.5g	コロッケ うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 668kcal / 6.2g	マージャン麺 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 668kcal / 3.6g	かき玉うどん・そ ば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 567kcal / 5.4g		
定番麺 (単品) 和麺：月・水・金		きつね・たぬき 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		きつね・たぬき 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！	
日替わり丼 (汁物付)	ナシゴレン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	ネギトロ丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 847kcal / 3.5g		韓国風ドライカレー 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 529kcal / 1.8g	中華丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 563kcal / 2.8g		
カレーライス (単品)	ポークカレー(中辛・甘口) 765kcal / 3.3g					辛さの目安チョイ辛！辛い！×□△× 激辛！	
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	ポテトスープ煮 61kcal / 0.9g	信田煮 /	切昆布煮つけ 76kcal / 2.5g	コボウとベーコンの オリーブソテー 53kcal / 0.4g	竹の子土佐煮 39kcal / 0.8g		
	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A	キュウりとときくらげ 酢の物 97kcal / 0.6g	オクラ豆腐 135kcal / 1.5g	ホタテフライ 85kcal / 1.1g	枝豆ともやし おろし和え 97kcal / 0.1g	ほうれん草とシメジの 和え物 39kcal / 0.6g		
	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A	揚げ茄子の中華風 南蛮漬け 136kcal / 1.0g	彩り野菜の厚揚げ マーボー 275kcal / 1.5g	茄子と香ばしネギの 和え物 53kcal / 0.3g	もやしと竹輪の カレーマヨ和え 103kcal / 1.0g	甘辛あげかぼちゃ 109kcal / 1.2g		
	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 B	パンパンジーサラダ 64kcal / 1.4g	アボガドサラダ 63kcal / 0.6g	スパゲッティサラダ 90kcal / 0.8g	海鮮サラダ 35kcal / 0.5g	アスパラサラダ 36kcal / 0.5g		
	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	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。

12月のイベントメニューは「イタリアンフェアです！」