

週 間 献 立 表

Sale Items	7月22日 Monday	7月23日 Tuesday	7月24日 Wednesday	7月25日 Thursday	7月26日 Friday	7月27日 Saturday	7月28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 / 1.8g	鶏ムネ肉のカレ ムニエル生姜風味 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 243kcal / 2.8g	白身魚の香草パン粉 焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 249kcal / 1.5g	鶏ささフリッター 香味ソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 242kcal / 1.3g	鯖の梅煮竹の子と ふきの土佐煮添え 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 221kcal / 2.0k		/
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	豚ロース生姜焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	鶏肉の竜田揚げ おろしポン酢 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 346kcal / 0.2g	豚キムチ炒め 温玉添え 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 254kcal / 1.9g	牛焼き肉 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 476kcal / 3.3g	チキンチーズ焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 303kcal / 2.4g		
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	冷やしラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	台湾ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 538kcal / 4.g	冷やし担担 うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 576kcal / 4.5g	冷やし明太カルボナーラ うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 534kcal / 4.4g	関西風うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	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)	豚丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 748kcal / 3.8g	スタミナ丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /		韓国風 ドライカレー 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 539kcal / 1.8g		水曜・金曜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 / 3.3g					辛さの目チョイ 辛 ..×□°△× 激	
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	さつま揚げ煮 134 kcal / 0.8 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	竹輪磯部揚げ 113 kcal / 0.2 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ふろふき大根 44kcal / 1.2g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	小松菜ピーナッツ 和え 69 kcal / 0.2 g 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		
小鉢 A	焼きビーフン 78 kcal / 0.3 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	きんぴら牛蒡 67 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	白菜おひたし 32 kcal / 0.3 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	根菜煮物 45 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	肉団子 113 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A	貝柱フライ 92kcal / 1.1g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	茄子と菜の花の 白湯煮浸し 51kcal / 0.8g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	根菜のトマトドレサラダ 59kcal / 0.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	えのきときくらげの コリコリナムル 25kcal / 1.3g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	カブと若芽の 塩糀和え 27kcal / 0.9g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 B	明太ポテトサラダ 120 kcal / 0.6 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	シェルマカロニ サラダ 86 kcal / 0.8 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	根菜サラダ 42 kcal / 0.1 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	小エビのサラダ 114 kcal / 0.2 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	南瓜サラダ 140 kcal / 0.7 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。

7月のイベントメニューは「夏の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