

7月間献立表

栄養価表示：エネルギー/タンパク質/脂質/塩分

販売品目	種類	価格	7月1日 水曜日	7月2日 木曜日	7月3日 金曜日	7月4日 土曜日		
ランチ	430円		チキン南蛮タルトソース	和風おろしハンバーグ	鶏肉のピカタマトソース	さわらの竜田揚げサラダ風		
			小麦・小麦・乳 976 → 30.5 g 45.2 g 3.8 g	小麦・卵 649 → 20.3 g 19.4 g 3.3 g	小麦・卵・乳 700 → 29.9 g 24.9 g 2.5 g	719 → 25.4 g 25.6 g 3.6 g		
アラカルト	400円		あんかけカツ丼	ビビンバ丼	豚キムチ炒飯	豚丼		
			小麦・卵 697 → 18.3 g 21.9 g 3.9 g	卵 596 → 23.5 g 23.5 g 3.6 g	653 → 22.7 g 18.2 g 4.3 g	580 → 27.7 g 10.5 g 4 g		
種類	和膳 310円 中華膳 360円		(冷) 担々麺	(冷) たぬきうどん・そば	味噌コーンラーメン	醤油ラーメン		
			小麦 900 → 27.9 g 48.6 g 2.9 g	小麦・卵・そば 369 → 10.7 g 4.9 g 6.4 g	小麦・乳 680 → 21.9 g 15.7 g 3.6 g	小麦・卵 470 → 21.0 g 8.5 g 6.7 g		
サラダ	130円		トマトと豆腐のサラダ	ビーンズサラダ	シーザーサラダ	トマトサラダ		
			140 → 8.0 g 8.5 g 0.8 g	125 → 20.8 g 19.0 g 0.6 g	234 → 4.4 g 17.3 g 1.6 g	170 → 1.2 g 15.2 g 1.3 g		
販売品目	種類	価格	7月6日 月曜日	7月7日 水曜日	7月8日 木曜日	7月9日 金曜日	7月10日 土曜日	7月11日 日曜日
ランチ	430円		鶏肉のクリームソース	豚肉の竜田揚げ香味ソース	鶏肉のマヨポテトフレック焼	サクサク揚げ鶏のオーロラソース	カツカレー	鶏肉のグリルシリアリアンソース
			小麦・卵 789 → 31.5 g 25.9 g 3.4 g	小麦・卵 651 → 22.6 g 19.2 g 3.8 g	小麦・卵 791 → 24.8 g 27.1 g 3.1 g	卵 915 → 29.7 g 43.8 g 3.5 g	小麦・卵 1109 → 20.7 g 47.0 g 3.5 g	662 → 28.3 g 22.5 g 3.2 g
アラカルト	400円		サラダ豚丼	焼き鳥丼	カツ丼	あんかけ焼きそば	タコライス (MX) スロー	中華丼
			卵 587 → 23.4 g 14.5 g 3.6 g	卵 754 → 30.5 g 24.6 g 5 g	小麦・卵 705 → 24.4 g 24.2 g 5.5 g	卵・小麦 425 → 16.4 g 12.7 g 5.4 g	1122 → 2.0 g 12.2 g 3.3 g	542 → 16.7 g 12.2 g 4.2 g
種類	和膳 310円 中華膳 360円		味噌ラーメン	ちからうどん・そば	豚骨醤油ラーメン	(冷) たらこうどん・そば	つけ麺	排骨麺 (パークー種)
			小麦 580 → 21.9 g 15.7 g 3.8 g	小麦・卵 441 → 12.2 g 1.3 g 6.4 g	小麦・卵 500 → 21.7 g 11.3 g 5.1 g	小麦・卵 400 → 5.1 g 7.9 g 1.5 g	647 → 6.4 g 2.9 g 3.7 g	860 → 20.5 g 40.5 g 12.6 g
サラダ	130円		ハムとチーズのサラダ	海藻サラダ	切干大根サラダ	玉ねぎとツナのサラダ	カプレーゼ風トマトサラダ	マカロニサラダ
			小麦・小麦・乳 270 → 6.2 g 2.9 g 3.7 g	74 → 0.9 g 6.4 g 1.3 g	166 → 6.8 g 8.2 g 1.3 g	181 → 7.2 g 15.0 g 0.7 g	181 → 8.0 g 14.1 g 1.2 g	219 → 5.2 g 12.3 g 1.5 g
販売品目	種類	価格	7月13日 月曜日	7月14日 火曜日	7月15日 水曜日	7月16日 木曜日	7月17日 金曜日	7月18日 土曜日
ランチ	430円		ゆで豚と野菜のサラダ風	チーズとんかつ	和風おろしハンバーグ	フライ盛り合わせ (白身魚フライ・ミニメンチカツ・ささみフライ)	豚肉ときのこのボン酢炒め	バーベキューチキン
			小麦・卵・乳 582 → 26.2 g 14.3 g 3.5 g	小麦・卵・乳 546 → 21.9 g 27.4 g 2.0 g	小麦・卵・乳 649 → 20.3 g 19.4 g 3.3 g	小麦・卵・乳 764 → 17.2 g 18.1 g 4.7 g	408 → 14.0 g 34.5 g 1.5 g	700 → 37.2 g 20.7 g 3.5 g
アラカルト	400円		天丼 (鶏ムネ、エビ)	チキン竜田マーボーあんかけ丼	明太子クリーム pasta (ミニサラダ付き)	中華丼	チーズタッカルビ風唐揚げ丼	ロコモコ丼
			小麦・卵 695 → 18.4 g 17.0 g 2.2 g	小麦 731 → 28.5 g 2.0 g 3.6 g	小麦・乳 592 → 21.4 g 28.6 g 5.0 g	卵 542 → 16.7 g 12.2 g 4.2 g	小麦・卵 710 → 30.1 g 39.9 g 4.9 g	587 → 25 g 21.8 g 4.1 g
種類	和膳 310円 中華膳 360円		塩コーンラーメン	(冷) 若布おろしうどん・そば	担々麺	けんちんうどん・そば	ざるラーメン	ネギ醤油ラーメン
			小麦・卵 480 → 19.2 g 10.9 g 12.2 g	小麦・卵 338 → 10.1 g 1.0 g 6.3 g	小麦 900 → 27.9 g 48.6 g 2.9 g	小麦 611 → 20.0 g 16.4 g 4.8 g	小麦・卵 440 → 15.9 g 2.3 g 7.0 g	481 → 19.7 g 9.5 g 6.0 g
サラダ	130円		ハムとチーズのサラダ	春雨サラダ	スイートポテトサラダ	アスパラサラダ	きのこのサラダ	シーザーサラダ
			卵・乳 107 → 3.1 g 12.6 g 1.6 g	115 → 1.5 g 3.7 g 0.5 g	214 → 1.6 g 9.7 g 17.0 g	29 → 1.5 g 0.1 g 1.2 g	51 → 2.0 g 3.1 g 0.1 g	234 → 4.4 g 17.3 g 1.5 g
販売品目	種類	価格	7月20日 月曜日	7月21日 火曜日	7月22日 水曜日	7月23日 木曜日	7月24日 金曜日	7月25日 土曜日
ランチ	430円		鶏肉のガリハタ焼	とんかつ	回鍋肉			
			小麦・乳 808 → 31.3 g 34.8 g 3.8 g	小麦・卵 801 → 25.5 g 3.3 g 3.9 g	883 → 2.0 g 16.7 g 2.3 g			
アラカルト	400円		ベーコンとほうれん草のトマトクリーム pasta (ミニデザート付き)	ピリ辛そぼろ丼				ジャンバラヤ風炒めご飯
			小麦・卵・乳 770 → 19.3 g 2.7 g 5.9 g	卵 645 → 32.1 g 20.1 g 5 g				卵 754 → 21 g 24.9 g 3.6 g
種類	和膳 310円 中華膳 360円		辛味噌ラーメン	(冷) かき揚げうどん・そば	(冷) 鶏塩ラーメン			チャーシュー麺
			小麦・卵 580 → 21.9 g 15.7 g 3.8 g	小麦・卵 416 → 12.8 g 7.5 g 5.8 g	小麦・卵 301 → 15.5 g 5.9 g 9.7 g			小麦・卵 493 → 23.3 g 12.6 g 6.5 g
サラダ	130円		ポテトサラダ	ツナサラダ	パスタサラダ			コールスローサラダ
			卵 368 → 6.7 g 20.5 g 0.6 g	228 → 7.3 g 20.1 g 1.1 g	167 → 4.5 g 17.2 g 0.3 g			卵 173 → 16.6 g 15.2 g 0.4 g
販売品目	種類	価格	7月27日 月曜日	7月28日 火曜日	7月29日 水曜日	7月30日 木曜日	7月31日 金曜日	8月1日 土曜日
ランチ	430円			ポーク照り焼き	鶏肉の山椒焼		豚キムチ	
				小麦 570 → 20.8 g 15.7 g 2.0 g	674 → 3.0 g 20.7 g 3.7 g		597 → 25 g 14 g 3.1 g	
アラカルト	400円		きのこたっぷり韓国風ブルコギ丼			ロコモコ丼		
						小麦・卵・乳 687 → 25 g 21.8 g 4.1 g		
種類	和膳 310円 中華膳 360円		つけ麺	(冷) きつねうどん・そば	ざるラーメン	(冷) たぬきうどん・そば	辛味噌ラーメン	
			小麦・卵 547 → 28.4 g 9.2 g 4.4 g	小麦・卵 409 → 12.7 g 28.9 g 8.0 g	小麦・卵 440 → 15.9 g 2.3 g 7.0 g	小麦・卵・そば 369 → 10.7 g 4.3 g 6.4 g	小麦・卵 580 → 21.9 g 15.7 g 3.8 g	
サラダ	130円		かぼちゃサラダ	高野豆腐とひじきの胡麻風味サラダ	きのこサラダ	春雨サラダ	アスパラサラダ	
			卵 106 → 1.1 g 6.7 g 0.4 g	237 → 6.4 g 19.3 g 1.2 g	51 → 2.0 g 3.1 g 0.1 g	115 → 1.5 g 3.7 g 5.0 g	29 → 1.5 g 0.1 g 1.2 g	
定番メニュー								
唐揚げランチ	410円	鶏の唐揚げ						
	510円	卵、小麦 857 → 23.1 g 27.6 g 3.1 g						
カレーライス	340円	レバストオリジナルカレー						
		小麦・乳 637 → 17.5 g 14.7 g 1.7 g						

*ライス大盛は+60円、麺類大盛は+110円になります

*当食堂では産地産米を使用しております。

*食材の仕入れ状況により、内容が変更になる場合があります。

