

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	3月1日 月曜日	3月2日 火曜日	3月3日 水曜日	3月4日 木曜日	3月5日 金曜日	3月6日 土曜日
ランチ	430円	鶏肉のクリームソース	鶏肉の山賊焼	和風おろしハンバーグ				油淋鶏
		小麦粉・牛乳		小麦粉・卵・牛乳				
		789 kcal 31.5 g 25.8 g 3.4 g	674 kcal 30 g 20.7 g 3.7 g	649 kcal 20.3 g 19.4 g 3.3 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	851 kcal 28 g 32.9 g 3.1 g
アラカルト	400円	ピリ辛そば	ソースカツ丼	豚丼				鶏そば
			小麦粉・牛乳・卵					卵
		645 kcal 32.1 g 20.1 g 5 g	683 kcal 17 g 19.1 g 4.6 g	580 kcal 27.7 g 10.5 g 4 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	712 kcal 35.7 g 19.7 g 5.1 g
麺類	和麺 310円	醤油ラーメン	きつねうどん・そば	味噌ラーメン				担々麺
	中華麺 360円	卵・小麦粉	卵・小麦粉・そば	卵・小麦粉				卵・小麦粉
		470 kcal 21.0 g 8.5 g 6.7 g	409 kcal 12.7 g 15.9 g 8.0 g	580 kcal 21.9 g 15.7 g 3.8 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	9800 kcal 27.9 g 48.6 g 2.9 g
サラダ	130円	ポテトサラダ	ごぼうサラダ	チョコレギサラダ				大根サラダ
		卵	卵					
		358 kcal 6.7 g 20.5 g 0.6 g	188 kcal 30 g 12.0 g 0.8 g	74 kcal 2.5 g 3.5 g 3.5 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	114 kcal 1.3 g 11.7 g 0.3 g
販売品目	種類	価格	3月8日 月曜日	3月9日 火曜日	3月10日 水曜日	3月11日 木曜日	3月12日 金曜日	3月13日 土曜日
ランチ	430円	チキン南蛮タルタルソース						やみつき！ヤンニョムチキン (韓国風甘辛チキン)
		卵・小麦粉						小麦粉
		976 kcal 30.5 g 46.2 g 3.6 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	765 kcal 32.5 g 24.2 g 3.9 g
アラカルト	400円	ロコモコ丼						サラダ豚丼
		小麦粉・牛乳・卵						
		687 kcal 25 g 21.8 g 4.1 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	587 kcal 23.4 g 14.5 g 3.6 g
麺類	和麺 310円	塩コーンラーメン						辛ネギ味噌ラーメン
	中華麺 360円	卵・小麦粉						卵・小麦粉
		480 kcal 19.2 g 10.9 g 12.2 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	580 kcal 21.9 g 15.7 g 3.8 g
サラダ	130円	トマトサラダ						パスタサラダ
								卵・小麦粉
		170 kcal 1.2 g 15.2 g 1.3 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	167 kcal 4.5 g 7.2 g 0.3 g
販売品目	種類	価格	3月15日 月曜日	3月16日 火曜日	3月17日 水曜日	3月18日 木曜日	3月19日 金曜日	3月20日 土曜日
ランチ	430円					鶏肉のグリルジャリアピン ソース		
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	662 kcal 28.3 g 22.5 g 3.2 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
アラカルト	400円					あんかけカツ丼		
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	697 kcal 18.3 g 21.9 g 3.9 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
麺類	和麺 310円					煮干しラーメン		
	中華麺 360円					卵・小麦粉		
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	573 kcal 23.1 g 18.3 g 5.7 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
サラダ	130円					春雨サラダ	海藻サラダ	
		卵						
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	115 kcal 1.5 g 3.7 g 0.5 g	74 kcal 0.9 g 6.4 g 1.3 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
販売品目	種類	価格	3月22日 月曜日	3月23日 火曜日	3月24日 水曜日	3月25日 木曜日	3月26日 金曜日	3月27日 土曜日
ランチ	430円	ディアブルチキン(鶏肉の小悪魔風)						
		小麦粉・卵						
		875 kcal 36.4 g 26.7 g 3.9 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
アラカルト	400円	親子丼						
		卵						
		718 kcal 30.9 g 22.5 g 5.9 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
麺類	和麺 310円	豚骨ラーメン			九州博多風ラーメン		味噌バターコーンラーメン	
	中華麺 360円	卵・小麦粉			卵・小麦粉		卵・小麦粉・牛乳	
		500 kcal 21.7 g 11.3 g 5.1 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	500 kcal 21.0 g 11.3 g 5.1 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	558 kcal 20.8 g 16.6 g 5.4 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
サラダ	130円	ツナサラダ	シーザーサラダ	かぼちゃサラダ	アスパラサラダ	チキンサラダ		
			小麦粉・牛乳	卵・牛乳				
		228 kcal 7.3 g 20.1 g 1.1 g	234 kcal 44.0 g 17.3 g 1.6 g	106 kcal 1.1 g 6.7 g 0.4 g	29 kcal 1.5 g 0.1 g 1.2 g	296 kcal 26.4 g 3.4 g 0.5 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
販売品目	種類	価格	3月29日 月曜日	3月30日 火曜日	3月31日 水曜日	2020/ 木曜日	2020/ 金曜日	2020/ 土曜日
ランチ	430円							
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
アラカルト	400円							
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
麺類	和麺 310円							
	中華麺 360円							
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
サラダ	130円							
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
定番メニュー								
唐揚げランチ	並 410円	鶏の唐揚げ						
	得 510円	卵・小麦						
		857 kcal 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						

