

2月の献立表

栄養価表示/エネルギー・タンパク質・脂質・食塩相当量

販売品目	価格	月曜日	2月1日 火曜日	2月2日 水曜日	2月3日 木曜日	2月4日 金曜日	2月5日 土曜日
ランチ	430円		デミ玉ハンバーグ	マヨ照りチキン	とんかつ	油淋鶏	チーズハンバーグ
			卵・小麦粉 693 27.5 18.8 3.7	卵・小麦粉 815 31.5 34.3 3.5	卵・小麦粉・牛乳 801 25.5 33 3.9	卵・小麦粉・牛乳 851 28 32.9 3.1	卵・小麦粉 790 26.1 24.6 6.1
アラカルト	400円		麻婆豆腐丼	豚キムチ丼	鶏そぼろ丼	ドライカレー	カツ丼
			卵 710 31.9 22.4 4.2	卵 575 22.7 13 3.1	卵 712 35.7 19.7 5.1	小麦粉・牛乳 711 22.8 18.3 5.1	卵・小麦粉 765 24.4 24.2 5.5
麺類	和麺 310円 中華麺 360円		かきたまうどん・そば	味噌ラーメン	たぬきうどん・そば	醤油ラーメン	担々麺
			卵・小麦粉・そば 440 17.9 7.0 5.2	卵・小麦粉 580 21.9 15.7 3.8	卵・小麦粉・そば 389 107.0 4.3 6.4	卵・小麦粉 470 21.0 8.5 5.7	卵・小麦粉 900 27.9 46.6 2.8
サラダ	130円		春雨サラダ	わかめサラダ	ポテトサラダ	コーンサラダ	トマトサラダ
			卵 115 1.5 3.7 0.5	卵 74 0.9 5.4 1.3	卵 358 6.7 20.5 0.6	卵・小麦粉 119 1.6 14.2 0.5	卵 170 1.2 15.2 1.3
販売品目	価格	2月7日 月曜日	2月8日 火曜日	2月9日 水曜日	2月10日 木曜日	2月11日 金曜日	2月12日 土曜日
ランチ	430円	豚肉とごぼうの甘辛炒め	チキンカツ野菜香味だれ	チーズハンバーグ	豚肉生姜焼き		和風おろしハンバーグ
		卵・小麦粉 614 22.3 16.9 2.6	卵・小麦粉 833 28.4 28.2 2.7	卵・小麦粉 790 26.1 24.6 6.1	卵・小麦粉 599 27 15.5 2.6		卵・小麦粉 649 20.3 19.4 3.3
アラカルト	400円	ロコモコ丼	ニラ玉ごはん	豚丼	スクランブルミートライス		鶏天丼
		卵・小麦粉 687 25 21.8 4.1	卵 577 20.5 14.9 3.7	卵 580 27.7 10.5 4	卵 690 20.7 20.5 5.1		卵・小麦粉 800 40.4 19.4 3.3
麺類	和麺 310円 中華麺 360円	味噌コーンラーメン	竹輪天うどん・そば	鶏塩ラーメン	カレーうどん・そば		もやしラーメン
		卵・小麦粉 580 21.9 15.7 3.8	卵・小麦粉・そば 401 14.8 16.8 7.4	卵・小麦粉 715 27.4 12.8 9.7	小麦粉・そば 492 14.6 15.4 4.0		卵・小麦粉 454 18.7 8.5 6.5
サラダ	130円	ブロッコリーサラダ	スパゲッティサラダ	ツナサラダ	トマトサラダ		ハム&チーズサラダ
		卵 21 1.9 0.2 0.0	卵・小麦粉 167 4.5 7.2 0.3	卵・小麦粉 228 7.3 20.1 1.1	卵 170 1.2 15.2 1.3		牛乳 107 3.1 12.6 1.6
販売品目	価格	2月14日 月曜日	2月15日 火曜日	2月16日 水曜日	2月17日 木曜日	2月18日 金曜日	2月19日 土曜日
ランチ	430円	チキン南蛮タルタルソース	豚キムチ	イタリアンハンバーグ	タルタルがおいしい白身魚のフライ	鶏肉と野菜の南蛮黒酢あん	回鍋肉
		卵 976 30.5 46.2 3.8	卵 597 25 14 3.1	卵・小麦粉 742 25.7 20.7 5.1	卵・小麦粉 712 22.7 23.1 2.3	卵・小麦粉・牛乳 751 27.4 19.6 4.9	卵 583 20 16.7 2.3
アラカルト	400円	ピピン丼	親子丼	あんかけチャーハン	鶏そぼろ丼	タコライス	豚キムチ炒飯
		卵 596 23.5 23.5 3.6	卵 718 30.9 22.5 5.9	卵・小麦粉 612 17.7 15 5.9	卵 712 35.7 19.7 5.1	卵 508 18 10.6 3.2	卵・小麦粉 653 22.7 18.2 4.3
麺類	和麺 310円 中華麺 360円	醤油ラーメン	かき揚げそば・うどん	塩コーンラーメン	きつねうどん・そば	九州博多ラーメン	味噌ラーメン
		卵・小麦粉 470 21.0 8.5 6.7	卵・小麦粉・そば 416 12.8 7.5 5.8	卵・小麦粉 480 19.2 10.9 12.2	小麦粉・そば 409 12.7 15.9 8.0	卵・小麦粉 500 21.0 11.3 5.1	卵・小麦粉 580 21.9 15.7 3.8
サラダ	130円	マカロニサラダ	中華風もやしサラダ	チキンサラダ	ポテトサラダ	ブロッコリーサラダ	カリカリベーコン&チーズサラダ
		卵・小麦粉 213 5.2 12.3 1.5	卵 104 4.9 5.8 1.9	卵・小麦粉 296 26.4 3.4 0.5	卵 358 6.7 20.5 0.6	卵 21 1.9 0.2 0.0	牛乳 107 3.1 12.6 1.6
販売品目	価格	2月21日 月曜日	2月22日 火曜日	2月23日 水曜日	2月24日 木曜日	2月25日 金曜日	2月26日 土曜日
ランチ	430円	和風照り焼き 野菜ソースのハンバーグ	鶏肉のクリームソース		カツの卵とじ煮	チーズハンバーグ	油淋鶏
		卵 789 21.2 27.4 4.5	小麦粉・牛乳 789 31.5 25.8 3.4		卵・小麦粉 712 23.8 23.8 3.3	卵・小麦粉・牛乳 790 26.1 24.6 6.1	卵 851 28 32.9 3.1
アラカルト	400円	カツ丼	サラダ豚丼		チキン竜田マーボーあんかけ丼	焼き鳥丼	ミートソーススパゲティ
		卵・小麦粉 765 24.4 24.2 5.5	卵 587 23.4 14.5 3.6		卵 731 28.5 26 3.6	卵 794 30.5 24.6 5	小麦粉 608 24.8 14.9 3.4
麺類	和麺 310円 中華麺 360円	高菜ラーメン	肉うどん・そば		けんちんうどん・そば	辛ネギ味噌ラーメン	キムチ塩ラーメン
		卵・小麦粉 470 21.0 15.7 3.8	小麦粉・そば 428 17.5 8.6 6.3		小麦粉・そば 511 20.2 16.4 4.8	卵・小麦粉 580 21.9 15.7 3.8	卵・小麦粉 556 21.4 16.8 6.4
サラダ	130円	わかめサラダ	コーンサラダ		トマトサラダ	春雨サラダ	ハム&チーズサラダ
		卵 74 0.9 6.4 1.3	卵 119 1.6 14.2 0.5		卵 170 1.2 15.2 1.3	卵 115 1.5 3.7 0.5	卵 107 3.1 12.6 1.6
販売品目	価格	2月28日 月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
ランチ	430円	とんかつ					
		卵・小麦粉 801 25.5 33 3.9					
アラカルト	400円	オムライスハヤシソース					
		卵・小麦粉 810 24.7 25.2 5.8					
麺類	和麺 310円 中華麺 360円	ネギ醤油ラーメン					
		卵・小麦粉 481 19.7 9.5 5.9					
サラダ	130円	ツナサラダ					
		卵 228 7.3 20.1 1.1					
唐揚げランチ	並盛 410円 得盛 510円	鶏の唐揚げ					
		857 23.1 27.6 3.1					
カレーライス	340円	ポークカレー					
		小麦粉・牛乳 637 17.6 14.7 1.7					

*ライス大盛は+60円、麺類大盛は+110円になります

*当食堂では国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。



