二松学舎大学付属柏中学校・高等学校　御中

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	火曜日	水曜日	木曜日	9月1日 金曜日	9月2日 土曜日
ランチ	430円					豚キムチ	煮込みハンバーグ 卵・小麦粉・牛乳
		#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	712 kcal 23.8 g 23.8 g 3.3 g	812 kcal 23.6 g 27.8 g 5.5 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
麺類	和麺 330円					味噌ラーメン 卵・小麦粉	塩ラーメン 卵・小麦粉
	中華麺 380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	580 kcal 21.9 g 15.7 g 3.8 g	480 kcal 19.2 g 10.9 g 12.2 g
サラダ	130円					わかめサラダ	ブロッコリーサラダ
		#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	74 kcal 0.9 g 6.4 g 1.3 g	21 kcal 1.9 g 0.2 g 0.0 g

販売品目	価格	9月4日 月曜日	9月5日 火曜日	9月6日 水曜日	9月7日 木曜日	9月8日 金曜日	9月9日 土曜日
ランチ	430円	チキン南蛮タルタルソース 卵・小麦粉	回鍋肉	チーズハンバーグ 卵・小麦粉・牛乳	鶏肉と野菜の南蛮黒酢あん	豚肉生姜焼き	デミ玉ハンバーグ 卵・小麦粉・牛乳
		976 kcal 30.5 g 46.2 g 3.8 g	583 kcal 20 g 16.7 g 2.3 g	790 kcal 26.1 g 24.6 g 6.1 g	751 kcal 27.4 g 19.6 g 4.9 g	599 kcal 27 g 15.5 g 2.6 g	693 kcal 27.5 g 18.8 g 3.7 g
アラカルト	400円	サラダ豚丼 卵	親子丼 卵	麻婆豆腐丼	ドライカレー 小麦粉・牛乳	ビビンバ丼 卵	豚キムチ丼
		587 kcal 23.4 g 14.5 g 3.6 g	718 kcal 30.9 g 22.5 g 5.9 g	710 kcal 31.9 g 22.4 g 4.2 g	711 kcal 22.8 g 18.3 g 5.1 g	596 kcal 23.5 g 23.5 g 3.6 g	575 kcal 22.7 g 13 g 3.1 g
麺類	和麺 330円	醤油ラーメン 卵・小麦粉	きつねうどん 小麦粉・そば	もやし味噌ラーメン 卵・小麦粉	冷やしたぬきうどん 卵・小麦粉・そば	野菜タンメン 卵・小麦粉	九州博多風ラーメン 卵・小麦粉
	中華麺 380円	470 kcal 21.0 g 8.5 g 6.7 g	409 kcal 12.7 g 15.9 g 8.0 g	556 kcal 21.4 g 16.8 g 13.3 g	369 kcal 10.7 g 4.3 g 6.4 g	556 kcal 21.4 g 16.3 g 13.3 g	500 kcal 21.0 g 11.3 g 5.1 g
サラダ	130円	ツナサラダ 卵	ポテトサラダ 卵	春雨サラダ	マカロニサラダ 卵・小麦粉	ハム＆チーズサラダ 卵・牛乳	もやしの中華サラダ
		228 kcal 7.3 g 20.1 g 1.1 g	358 kcal 6.7 g 20.5 g 0.6 g	115 kcal 1.5 g 3.7 g 0.5 g	213 kcal 5.2 g 12.3 g 1.5 g	107 kcal 3.1 g 12.6 g 1.6 g	104 kcal 4.9 g 5.8 g 1.9 g

販売品目	価格	9月11日 月曜日	9月12日 火曜日	9月13日 水曜日	9月14日 木曜日	9月15日 金曜日	9月16日 土曜日
ランチ	430円	油淋鶏	とんかつ 卵・小麦粉	イタリアンハンバーグ 卵・小麦粉・牛乳	鶏の唐揚げチリソース	さわらの唐揚げ中華風野菜あん	
		851 kcal 28 g 32.9 g 3.1 g	801 kcal 25.5 g 33 g 3.9 g	742 kcal 25.7 g 20.7 g 5.1 g	791 kcal 33.1 g 26 g 3.7 g	664 kcal 24.7 g 22.2 g 2.9 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
アラカルト	400円	カツ丼 卵・小麦粉	鶏そぼろ丼 卵	チキン竜田マーボーあんかけ丼		ロコモコ丼 卵・小麦粉・牛乳	
		765 kcal 24.4 g 24.2 g 5.5 g	712 kcal 35.7 g 19.7 g 5.1 g	731 kcal 28.5 g 26 g 3.6 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	687 kcal 25 g 21.8 g 4.1 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
麺類	和麺 330円	味噌ラーメン 卵・小麦粉	たぬきうどん 卵・小麦粉・そば	野菜あんかけラーメン 卵・小麦粉	肉うどん 小麦粉・そば	醤油ラーメン 卵・小麦粉	
	中華麺 380円	580 kcal 21.9 g 15.7 g 3.8 g	369 kcal 10.7 g 4.3 g 6.4 g	556 kcal 21.4 g 16.8 g 4.6 g	428 kcal 17.5 g 8.6 g 6.3 g	470 kcal 21.0 g 8.5 g 6.7 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
サラダ	130円	スパゲッティサラダ 卵・小麦粉	ブロッコリーサラダ	トマトサラダ	ポテトサラダ 卵	わかめサラダ	
		167 kcal 4.5 g 7.2 g 0.3 g	21 kcal 1.9 g 0.2 g 0.0 g	170 kcal 1.2 g 15.2 g 1.3 g	358 kcal 6.7 g 20.5 g 0.6 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	価格	9月18日 月曜日	9月19日 火曜日	9月20日 水曜日	9月21日 木曜日	9月22日 金曜日	9月23日 土曜日
ランチ	４３０円		チキンカツ野菜香味だれ 卵・小麦粉		回鍋肉	煮込みハンバーグ 卵・小麦粉・牛乳	
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	833 kcal 28.4 g 28.2 g 2.7 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	583 kcal 20 g 16.7 g 2.3 g	812 kcal 23.6 g 27.8 g 5.5 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
アラカルト	400円		サラダ豚丼 卵		親子丼 卵	麻婆豆腐丼	
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	587 kcal 23.4 g 14.5 g 3.6 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	718 kcal 30.9 g 22.5 g 5.9 g	710 kcal 31.9 g 22.4 g 4.2 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
麺類	和麺 330円		とり天うどん 卵・小麦粉・そば		きつねうどん 小麦粉・そば	野菜タンメン 卵・小麦粉	
	中華麺 380円	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	435 kcal 19.0 g 7.7 g 6.5 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	409 kcal 12.7 g 15.9 g 8.0 g	556 kcal 21.4 g 16.3 g 13.3 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
サラダ	130円		カリカリベーコンとチーズのサラダ 牛乳		トマトサラダ	春雨サラダ	
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	107 kcal 3.1 g 12.6 g 1.6 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	170 kcal 1.2 g 15.2 g 1.3 g	115 kcal 1.5 g 3.7 g 0.5 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g

販売品目	価格	9月25日 月曜日	9月26日 火曜日	9月27日 水曜日	9月28日 木曜日	9月29日 金曜日	9月30日 土曜日
ランチ	430円	タルタルがおいしい白身魚のフライ 卵・小麦粉	豚肉生姜焼き	油淋鶏	チーズハンバーグ 卵・小麦粉・牛乳	豚キムチ	鶏肉と野菜の南蛮黒酢あん
		712 kcal 26.7 g 23.1 g 2.3 g	599 kcal 27 g 15.5 g 2.6 g	851 kcal 28 g 32.9 g 3.1 g	790 kcal 26.1 g 24.6 g 6.1 g	597 kcal 25 g 14 g 3.1 g	751 kcal 27.4 g 19.6 g 4.9 g
アラカルト	400円	豚丼	鶏そぼろ丼 卵	タコライス 牛乳		オムライスハヤシソース 卵・小麦粉	ビビンバ丼 卵
		580 kcal 27.7 g 10.5 g 4 g	712 kcal 35.7 g 19.7 g 5.1 g	508 kcal 18 g 10.6 g 3.2 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	810 kcal 24.7 g 25.2 g 5.8 g	596 kcal 23.5 g 23.5 g 3.6 g
麺類	和麺 330円	醤油ラーメン 卵・小麦粉	竹輪天うどん 卵・小麦粉・そば	味噌コーンラーメン 卵・小麦粉	カレーうどん 小麦粉・そば	九州博多風ラーメン 卵・小麦粉	塩ラーメン 卵・小麦粉
	中華麺 380円	470 kcal 21.0 g 8.5 g 6.7 g	401 kcal 14.8 g 16.8 g 7.4 g	580 kcal 21.9 g 15.7 g 3.8 g	492 kcal 14.6 g 15.4 g 4.0 g	500 kcal 21.0 g 11.3 g 5.1 g	480 kcal 19.2 g 10.9 g 12.2 g
サラダ	130円	わかめサラダ	ツナサラダ 卵	ポテトサラダ 卵	スパゲッティサラダ 卵・小麦粉	カニとアボカドのサラダ 卵・カニ	ごぼうサラダ 卵
		74 kcal 0.9 g 6.4 g 1.3 g	228 kcal 7.3 g 20.1 g 1.1 g	358 kcal 6.7 g 20.5 g 0.6 g	167 kcal 4.5 g 7.2 g 0.3 g	119 kcal 30.1 g 12.0 g 2.0 g	188 kcal 3.1 g 12.0 g 0.8 g
唐揚げランチ	並盛 430円 得盛 530円	鶏の唐揚げ 857 kcal 23.1 g 27.6 g 3.1 g					
カレーライス	340円	ポークカレー 小麦、乳 637 kcal 17.6 g 14.7 g 1.7 g					

※ライス大盛りは＋50円、麺類大盛りは＋80円になります。

16・17日は松陵祭メニューになりますのでご注意ください

repast 株式会社レパスト