

10月の献立予定表

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	10月2日 月曜日	10月3日 火曜日	10月4日 水曜日	10月5日 木曜日	10月6日 金曜日	10月7日 土曜日
ランチ	430円	チキンカツ野菜香味だれ <small>卵・小麦粉</small>	豚肉生姜焼き	揚げ鶏の甘酢炒め (酢鶏)	煮込みハンバーグ <small>卵・小麦粉・牛乳</small>	麻婆豆腐	回鍋肉 <small>卵・小麦粉</small>
アラカルト	400円	鶏そぼろ丼 <small>卵</small>	あんかけチャーハン <small>卵</small>	ドライカレー <small>小麦粉</small>	カツ丼 <small>卵・小麦粉</small>	チーズダッカルビ丼 <small>牛乳</small>	鶏天丼 <small>卵・小麦粉</small>
種類	和麺 330円	醤油ラーメン <small>卵・小麦粉</small>	たぬきうどん <small>卵・小麦粉・そば</small>	野菜タンメン <small>卵・小麦粉</small>	肉うどん <small>小麦粉・そば</small>	味噌ラーメン <small>卵・小麦粉</small>	もやしラーメン <small>卵・小麦粉</small>
	中華麺 380円						
サラダ	130円	カリカリベーコンとチーズの サラダ <small>牛乳</small>	春雨サラダ	スパゲッティサラダ <small>卵・小麦粉</small>	ツナサラダ <small>卵</small>	わかめサラダ <small>卵・カニ</small>	ポテトサラダ <small>卵</small>
販売品目	価格	10月9日 月曜日	10月10日 火曜日	10月11日 水曜日	10月12日 木曜日	10月13日 金曜日	10月14日 土曜日
ランチ	430円			油淋鶏	タルタルがおいしい 白身魚のフライ <small>卵・小麦粉</small>	豚キムチ	チーズハンバーグ <small>卵・小麦粉・牛乳</small>
アラカルト	400円						麻婆豆腐丼 <small>卵・小麦粉</small>
種類	和麺 330円			野菜あんかけラーメン <small>卵・小麦粉</small>	カレーうどん <small>小麦粉・そば</small>	鶏塩ラーメン <small>卵・小麦粉</small>	味噌コーンラーメン <small>卵・小麦粉</small>
	中華麺 380円						
サラダ	130円			マカロニサラダ <small>卵・小麦粉</small>	もやしの中華サラダ	わかめサラダ <small>牛乳</small>	ハム&チーズサラダ <small>牛乳</small>
販売品目	価格	10月16日 月曜日	10月17日 火曜日	10月18日 水曜日	10月19日 木曜日	10月20日 金曜日	10月21日 土曜日
ランチ	430円	マヨ照りチキン <small>卵</small>	とんかつ <small>卵・小麦粉・牛乳</small>	イタリアンハンバーグ <small>卵・小麦粉・牛乳</small>	鶏の唐揚げチリソース	回鍋肉	デミ玉ハンバーグ <small>卵・小麦粉</small>
アラカルト	400円	カツ丼 <small>卵・小麦粉</small>	豚丼	親子丼 <small>卵</small>	ビビンバ丼 <small>卵</small>	ロコモコ丼 <small>卵・小麦粉・牛乳</small>	豚キムチ炒飯 <small>卵</small>
種類	和麺 330円	塩ラーメン <small>卵・小麦粉</small>	きつねうどん <small>小麦粉・そば</small>	担々麺 <small>卵・小麦粉・落花生</small>	竹輪天うどん <small>卵・小麦粉・そば</small>	醤油ラーメン <small>卵・小麦粉</small>	味噌ラーメン <small>卵・小麦粉</small>
	中華麺 380円						
サラダ	130円	ごぼうサラダ <small>卵</small>	トマトサラダ	スパゲッティサラダ <small>卵・小麦粉</small>	ブロッコリーサラダ	わかめサラダ <small>牛乳</small>	春雨サラダ <small>卵</small>
販売品目	価格	10月23日 月曜日	10月24日 火曜日	10月25日 水曜日	10月26日 木曜日	10月27日 金曜日	10月28日 土曜日
ランチ	430円	チキン南蛮タルタル ソース <small>卵・小麦粉</small>	さわらの唐揚げ中華風 野菜あん	煮込みハンバーグ <small>卵・小麦粉</small>	豚肉生姜焼き	油淋鶏	きのこデミソースハンバーグ <small>卵・小麦粉</small>
アラカルト	400円	麻婆豆腐丼 <small>牛乳</small>	タコライス <small>牛乳</small>	親子丼 <small>卵</small>	豚キムチ丼	鶏そぼろ丼 <small>卵</small>	豚丼 <small>牛乳</small>
種類	和麺 330円	野菜タンメン <small>卵・小麦粉</small>	たぬきうどん <small>小麦粉・そば</small>	味噌コーンラーメン <small>卵・小麦粉</small>	竹輪天うどん <small>卵・小麦粉・そば</small>	塩ラーメン <small>卵・小麦粉</small>	醤油ラーメン <small>卵・小麦粉</small>
	中華麺 380円						
サラダ	130円	カニとアボカドのサラダ <small>卵・カニ</small>	ポテトサラダ <small>卵</small>	ブロッコリーサラダ <small>卵・小麦粉</small>	マカロニサラダ <small>卵</small>	ごぼうサラダ <small>卵</small>	ツナサラダ <small>卵</small>
販売品目	価格	10月30日 月曜日	10月31日 火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
ランチ	430円	麻婆豆腐	チーズハンバーグ <small>卵・小麦粉</small>				
アラカルト	400円	サラダ豚丼 <small>卵</small>	オムライスハヤシ ソース <small>卵・小麦粉</small>				
種類	和麺 330円	味噌ラーメン <small>卵・小麦粉</small>	かき揚げうどん <small>卵・小麦粉・そば・えび</small>				
	中華麺 380円						
サラダ	130円	もやしの中華サラダ	トマトサラダ				
唐揚げランチ	並盛 430円 得盛 530円	鶏の唐揚げ <small>卵</small>					
カレーライス	340円	ポークカレー <small>小麦、乳</small>					

\*ライス大盛りは+50円、麺類大盛りは+80円になります。

\*当食堂では国産米を使用しております。

\*ご飯1膳の糖質量は150g換算で53.4g234Kcalを目安にしております。



株式会社レパスト