

週間献立表

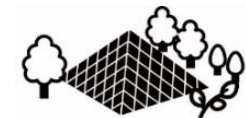
Sale Items	5月15日 Monday	5月16日 Tuesday	5月17日 Wednesday	5月18日 Thursday	5月19日 Friday	5月20日 Saturday	5月21日 Sunday
日替わりヘルシーセット (小鉢A2品+ご飯+汁物)	ささみのピカタ オーロラソース 221kcal / 1.4g	🔥カレイの揚げ煮🔥 233kcal / 2.8g	豆腐ハンバーグ おろしソース 222kcal / 2.2g	豚肉と豆腐の オイスター煮込み 249kcal / 2.7g			
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	鶏肉の韓国風焼き 395kcal / 1.6g	油淋鶏 252kcal / 1.9g	鶏肉のみぞれ煮 344kcal / .7g	イベントメニュー 梅照り焼きソースの チーズバーグ 347kcal / 3.2g	でっかいアジフライ 343kcal / 3.2g		
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	台湾ラーメン 538kcal / 4.g	冷やしサラダ うどん・そば 299kcal / 3.9g	あぶらそば 520kcal / 0.5g	柑橘風味の野菜サラダ うどん・そば 301kcal / 4.g	冷やし中華 518kcal / 4.9g	🔥🔥🔥 辛さの目チヨイ	
定番麺 (単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木	きつね・たぬき・かき揚げ	醤油・味噌・チャーシュー	きつね・たぬき・かき揚げ	醤油・味噌・チャーシュー	きつね・たぬき・かき揚げ	🔥🔥🔥辛×□°△× 激 😞	
日替わり丼 (汁物付)	ナシゴレン	照りマヨチキン丼 776kcal / 2.6g	トンテキ丼	ブルコギ丼 763kcal / 0.4g	ネギトロ丼 847kcal / 3.6g		
カレーライス (単品)	ボークカレー 765 kcal 3.3 g						
カレー トッピング	豚カツ100円						
小鉢 A	切干大根煮つけ 45kcal / 0.4g	カレーコロッケ 112kcal / 0.5g	茄子のカレー炒め 90kcal / 0.7g	じゃが芋ツナ味噌 バター炒め 106kcal / 0.8g	インゲン胡麻和え		
小鉢 A	ほうれん草 ピーナツ和え 61kcal / 0.4g	こんにゃく ピリ炒め 32kcal / 0.3g	小松菜煮びたし 65kcal / 0.4g	ニラ玉もやし 68kcal / 0.3g	コロッケ 78kcal / 0.7g		
小鉢 A	コンニャクとピーマンの ガーリックソテー 58kcal / 0.6g	オクラとカニカマの ワサビポン酢和え 33kcal / 0.8g	ひじきと大根のなます 54kcal / 0.4g	椎茸とわかめの生姜煮 25kcal / 1.3g			
小鉢 B	ゴボウサラダ 123kcal / 0.8g	パンネサラダ 112kcal /	ブロッコリーサラダ 54kcal / 0.1g	カリフラワー ベーコンサラダ 123kcal / 0.4g	豆腐サラダ 78kcal / 0.2g		

※仕入れの状況によりメニューが一部変更することもあります。予めご了承下さい。

※栄養価表示：エネルギー/塩分

※当食堂のお米は国産米を使用しております。 **ヘルシーセットは、主菜を300Kcal以下で設定しています。**

**5月のイベントメニューは《ハンバーグフェア》です。毎回好評のハンバーグフェアです！
ポーク&ビーフ・チキン&ポークの2タイプのハンバーグです。**



もりのレストラン
by ISU Cafeteria

