

週間献立表

Sale Items	6月24日 Monday	6月25日 Tuesday	6月26日 Wednesday	6月27日 Thursday	6月28日 Friday	6月29日 Saturday	6月30日 Sunday
ヘルシーセット お弁当 420円～	鶏肉とキャベツの だし煮 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 168kcal / 1.8g	鶏ささみフリッター 香味ソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 242kcal / 1.3g	ヘルシーチーズ ハンバーグ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 300kcal / 2.1g	カレイの揚げ煮 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 221 kcal / 1.4 g	鯖の煮つけ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 221kcal / 2.3g		
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	鮭の味噌 マヨネーズ焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 336kcal / 1.7g	チキン南蛮 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 425kcal / 2.5g	ビーフストロガノフ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 343kcal / 3.2g	家常豆腐 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 312kcal / 2.5g	ポークチャップ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 258 kcal / 2.3 g		
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	坦々麺 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 734 kcal / 7.1 g	白湯ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	学生限定ワンコイン 冷やし鰻天 うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 557kcal / 6.6g	キムチラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	学生限定ワンコイン ワンコイン 肉うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 431kcal / 4.3g	ワンコインカレー ワンコイン和麺は 学生限定です。 学生以外の方は通常の食券 をお買い求めください。	
定番麺 (単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木	ざるそば・ざるうどん	ざるそば・ざるうどん		ざるそば・ざるうどん			
日替わり丼 (汁物付)	ビビンバ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 671kcal / 1.8g	イベントメニュー トロトロチーズのキーマ カレー 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 594kcal / 2.8g		イベントメニュー トロトロチーズのキーマ カレー 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 594kcal / 2.8g		水曜・金曜100円 カレー・うどん・そばの日!	
カレーライス (単品)	ポークカレー(中辛・甘口) 765kcal / 3.3g					辛さの目チオイ辛×□△× 激	
カレー トッピング	豚カツ 100円 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生						
小鉢 A	温泉たまご 65kcal / 0.4g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	カレーコロッケ 112kcal / 0.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ブロッコリーのマリネ 68kcal / 0.8g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	もやしのナムル 42kcal / 1.9g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	切干大根煮つけ 98kcal / 1.4g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A	小松菜煮びたし 65kcal / 0.4g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	こんにやく ピリ炒め 32kcal / 0.3g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	茄子の煮浸し 97kcal / 0.1g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	金平牛蒡 75kcal / 0.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ほうれん草 ピーナツ和え 61kcal / 0.4g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A	ひじきと大根のなます 54kcal / 0.4g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	オクラとカニカマの ワサビポン酢和え 33kcal / 0.8g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	レンコンのコチジャンナムル 58kcal / 0.9g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ハムとキャベツの マヨネーズ和え 87kcal / 0.6g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	コンニャクとピーマンの ガーリックソテー 58kcal / 0.6g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 B	ブロッコリーサラダ 54kcal / 0.1g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ペンネサラダ 112kcal / / 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	カブとささみの サラダ 49kcal / 1.1g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	カリフラワー ベーコンサラダ 123kcal / 0.4g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ゴボウサラダ 123kcal / 0.8g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		

※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。

※当食堂のお米は国産米を使用しております。

※アレルギー表示は5大アレルギーを表示しています。

6月のイベントメニューは「初夏のカレーフェアです！」

※栄養価表示：エネルギー/塩分

