

週間献立表

Sale Items	5月6日 Monday	5月7日 Tuesday	5月8日 Wednesday	5月9日 Thursday	5月10日 Friday	5月11日 Saturday	5月12日 Sunday
ヘルシーセット お弁当 420円～	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ささみのピカタ オーロラソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 221 kcal / 1.4 g	白身魚のチーズムニエル ミートソースがけ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 217kcal / 1.8g	鱈の野菜あんかけ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 177 kcal / 1.4 g	鶏肉柚子胡椒味噌焼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 247 kcal / 2.3 g		
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 kcal /	ジャンボメンチかつ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 332kcal / 0.2g	鶏肉の竜田揚げ おろしポン酢 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 232kcal / 1.3g	ポークチャップ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 258kcal / 2.3g	スパイシーチキン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 332 kcal / 2.1 g		
日替わり麺(単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	冷やし担担 うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 576kcal / 4.5g	冷やし ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 504kcal / 7.8g	すき焼きうどんそば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 582kcal / 4.6g	冷やし中華 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 518kcal / 4.9g		
定番麺(単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木		醤油・味噌・塩	きつね・たぬき・ざる	醤油・味噌・塩	きつね・たぬき・ざる		
日替わり丼 (汁物付)	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 671kcal / 1.8g	韓国風ドライカレー 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 539kcal / 1.8g	福島喜多方 ラーメン丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 752kcal / 3.8g	イベントメニュー 佐賀 シシリアンライス 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 580kcal / 1.2g	唐揚げ丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 759 kcal / 3.2 g		
カレーライス (単品)	ポークカレー(中辛・甘口) 765kcal / 3.3g					辛さの目チヨイ辛×□△× 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	麻婆もやし 52kcal / 1.g	キュウリと竹輪の和え物 76kcal / 1.3g	ブロッコリーのマリネ 68kcal / 0.8g	竹の子土佐煮 39kcal / 0.8g			
玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生			
小鉢 A	切干大根とシメジのペ パロンチーノ 68kcal / 0.4g	大根のモズク甘酢あえ 16kcal / 0.3g	牛蒡とキャベツの すっきりサラダ 54kcal / 0.6g	オクラと油揚げの塩 わさびオイル和え 83kcal / 0.6g			
玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生			
小鉢 A	貝柱フライ 92kcal / 1.1g	茄子と菜の花の 白湯煮浸し 51kcal / 0.8g	えのきときくらげの コリコリナムル 25kcal / 1.3g	根菜のトマトドレサラダ 59kcal / 0.5g			
玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生			
小鉢 B	明太ポテトサラダ 120 kcal / 0.6 g	シエルマカロニ サラダ 86 kcal / 0.8 g	根菜サラダ 42 kcal / 0.1 g	小エビのサラダ 114 kcal / 0.2 g			
玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	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。

※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。

※アレルギー表示は5大アレルギーを表示しています。

5月のイベントメニューは「沖縄フェアです！」