

週間献立表

Sale Items	10月10日 Monday	10月11日 Tuesday	10月12日 Wednesday	10月13日 Thursday	10月14日 Friday	10月15日 Saturday	10月16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	鶏肉の南部焼き	蒸し鶏の ピリ辛ソース 🔥	鯖の梅煮竹の子と ふきの土佐煮添え		
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)		回鍋肉 🔥	ビーフストロガノフ	豚肉のキムチ炒め 🔥	肉野菜炒め		
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木		けんちん うどん・そば 🔥	関西風きしめん 🔥	すき焼き うどん・そば	塩バターラーメン	<p style="text-align: center;">辛さの目安</p> <p>🔥チョイ辛!</p> <p>🔥🔥辛い!</p> <p>🔥🔥🔥 ..×□△😞 激辛!</p>	
定番麺 (単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木		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		
日替わり丼 (汁物付)		トルコライス	ソースかつ丼	イベントメニュー 濃厚ミートソース スパゲッティ	韓国風 ドライカレー		
カレーライス (単品)	ポークカレー 765 kcal 3.3 g						
カレー トッピング	豚カツ 100円						
小鉢 A		コロッケ	アスパラベーコン炒め	じゃが芋ツナ味噌 バター炒め	もやしのナムル		
小鉢 A		にら玉もやし	キャベツと桜エビ 煮びたし	筑前煮	キュウリときくらげ 酢の物		
小鉢 A		茹で鶏と茄子の 柚子胡椒和え	白菜とあさり オイスター炒め	レンコンの唐揚げ マヨコチュソース	南瓜そぼろあん		
小鉢 B		明太スパサラダ	山芋とオクラのサラダ	ハムサラダ	かぼちゃのサラダ		

※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。

**10月のイベントメニューは<秋の洋食フェア!> 秋が深まってくると
とろ〜りあったかなメニューが恋しくなります。人気の洋食メニューを揃えました。**