

週間献立表

Sale Items	5月20日 Monday	5月21日 Tuesday	5月22日 Wednesday	5月23日 Thursday	5月24日 Friday	5月25日 Saturday	5月26日 Sunday
ヘルシーセット お弁当 420円～	鶏肉とキャバツの だし煮 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 168kcal / 1.8g	鶏ムネ肉のカレー ムニエル生姜風味 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 243kcal / 2.8g	白身魚の香草パン粉 焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 249kcal / 1.5g	鶏ささフリッター 香味ソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 242kcal / 1.3g	鯖の梅煮竹の子と ふきの土佐煮添え 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 221kcal / 2.0g		
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	トンカツ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 422kcal / 2.9g	回鍋肉 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 428kcal / 2.8g	豚キムチ炒め 温玉添え 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 254kcal / 1.9g	イベントメニュー 宮崎 チキン南蛮 ゆず胡椒タルタルソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 374kcal / 3.1g	チキンチーズ焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 303kcal / 2.4g		
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	豚骨醤油 ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 711kcal / 6.9g	ゆず風味 塩ラーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 483kcal / 4.9g	ワンコインかきたま うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ジャージャー麺 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 539kcal / 3.5g	ワンコイン 肉うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	<p style="color: red; text-align: center;">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。</p> <p style="text-align: center;">水曜・金曜100円 カレー・うどん・そばの日!</p>	
定番麺 (単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木	きつね・たぬき・ざる	きつね・たぬき・ざる		きつね・たぬき・ざる			
日替わり丼 (汁物付)	中華丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 723kcal / 2.7g	ビビンバ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 671kcal / 1.8g	山芋キムチ丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 698kcal / 2.6g	生姜焼き丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 737kcal / 2.9g	親子丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 674kcal / 2.9g		
カレーライス (単品)	ポークカレー(中辛・甘口) 765kcal / 3.3g						
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	さつま揚げ煮 134 kcal / 0.8 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	竹輪磯部揚げ 113 kcal / 0.2 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ふるふき大根 44kcal / 1.2g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	カブと若芽の 塩糍和え 27kcal / 0.9g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ザーサイともやし ピリ辛炒め 40kcal / 2.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	<p style="text-align: center;">辛さの目</p> <p style="text-align: center;">.....チヨイ</p> <p style="text-align: center;">.....辛</p> <p style="text-align: center;">.....×□△× 激</p>	
小鉢 A	焼きビーフン 78 kcal / 0.3 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	きんぴら牛蒡 67 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	白菜おひたし 32 kcal / 0.3 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	根菜煮物 45 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	肉団子 113 kcal / 0.4 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A	わさび風味のプロッコ リー入りマッシュポテト 62kcal / 0.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	いんげんと油揚げの海 苔胡麻和え 63kcal / 0.6g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	大根サラダピリ辛納豆 ドレッシング 42kcal / 0.2.2g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	切干大根とほうれん草の ピリ辛キムチ和え 57kcal / 1.g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	バター風味炒り豆腐 112kcal / 0.6g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 B	プロッコリーサラダ 54kcal / 0.1g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	パンネサラダ 112kcal / 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	カブとささみの サラダ 49kcal / 1.g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	カリフラワー ペーコンサラダ 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。

5月のイベントメニューは「九州・沖縄フェアです！」

※栄養価表示：エネルギー/塩分