

週間献立表

Sale Items	4月29日 Monday	4月30日 Tuesday	5月1日 Wednesday	5月2日 Thursday	5月3日 Friday	5月4日 Saturday	5月5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	鶏むね肉の 黒酢照り焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 245kcal / 2.4g	鯖のねぎ味噌焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 124kcal / 2.6g	鶏ささみのエビマヨ風 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 290kcal / 1.8g			
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 /	和風ハンバーグ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 432 kcal / 2.9 g	アジフライとイカフライ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 368 kcal / 2.9 g	ねぎ塩麹だれの ふっくら鶏天 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 395 kcal / 1.6 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 /	けんちん うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 512 kcal / 4.2 g	噴火野菜のチゲ麺 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 735 kcal / 8.6 g	かき玉うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 567kcal / 5.4g			
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			
日替わり丼 (汁物付)	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 671kcal / 1.8g	かつ丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 812 kcal / 3.1 g	豚肉とニラの スタミナ丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 687kcal / 1.7g	角煮丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 826 kcal / 2.9 g			
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		高野豆腐含め煮 85kcal / 1.g	切昆布煮つけ 76kcal / 2.5g	ゴボウとベーコンの オーブソテー 53kcal / 0.4g			
小鉢 A	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	菜の花と桜えびの和え 物 30kcal / 0.5g	ちくわのわさび ポテトフライ 181kcal / 1.6g	切干大根とひき肉の キムチ炒め 64kcal / 0.8g			
小鉢 A	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	トマトとひじきの ねぎ塩和え 40kcal / 1.1g	枝豆と牛蒡の和風マリネ 64kcal / 0.9g	茄子の辛子味噌和え 60kcal / 0.3g			
小鉢 B	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	水菜ツナサラダ 68kcal / 1.4g	山芋のサラダ 59kcal / 0.7g	大根ツナサラダ 54kcal / 0.2g			

辛さの目
チヨイ
辛 
×□△× 激

※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「沖縄フェアです！」

※栄養価表示：エネルギー/塩分