

週間献立表

Sale Items	6月17日 Monday	6月18日 Tuesday	6月19日 Wednesday	6月20日 Thursday	6月21日 Friday	6月22日 Saturday	6月23日 Sunday
ヘルシーセット お弁当 420円～	揚げイワシの トマトソースがけ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 243kcal / 0.2g	ゆで豚と野菜の 胡麻ドレソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 236kcal / 2.3g	鯖のねぎ味噌焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 124kcal / 0.5g	鮭の竜田揚げ イタリアンソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 246kcal / 1.6g	鶏肉の スパイシーチリソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 248kcal / 2.8g	252kcal / 1.9g	
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	ジャンボメンチかつ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 521kcal / 2.8g	ポークタラモ チーズ焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 328kcal / 1.5g	油淋鶏 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 252kcal / 1.9g	チンジャオロース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 318kcal / 1.6g	アジフライと温玉 ハンバーグ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 445kcal / 2.8g		
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	ワンタンメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 702kcal / 6.6g	冷やし担々麺 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 601kcal / 5.6g	学生限定ワンコイン ワンコイン冷やしうどん 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 623kcal / 3.9g	油そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 538kcal / 3.4g	学生限定ワンコイン ワンコイン ざるうどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 538kcal / 3.4g	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)	ココモコ丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 642kcal / 2.5g	イベントメニュー マスタード ポークカレー 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 620kcal / 2.9g		イベントメニュー マスタード ポークカレー 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 620kcal / 2.9g	玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 599kcal / 2.6g		
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	コロッケ 96 kcal / 0.3 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	信田煮 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	切昆布煮つけ 76kcal / 2.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ゴボウとベーコンの オリーブソテー 53kcal / 0.4g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	竹の子土佐煮 39kcal / 0.8g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A	にら玉もやし 68 kcal / 0.3 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	オクラ豆腐 63kcal / 0.1g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ホタテフライ 88kcal / 1.2g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	枝豆ともやし おろし和え 24kcal / 0.1g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ほうれん草とシメジの 和え物 70kcal / 0.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A	茹で鶏と茄子の 柚子胡椒和え 57kcal / .9g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	彩り野菜の厚揚げ マーボー 275kcal / 1.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	茄子と香ばしネギの 和え物 53kcal / 0.3g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	もやしと竹輪の カレーマヨ和え 103kcal / 1.0g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	甘辛あげかぼちゃ 109kcal / 1.2g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 B	明太スパサラダ 131 kcal / 1.2 g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	アボカドサラダ 63kcal / 0.6g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	スパグッティサラダ 90kcal / 0.8g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	海鮮サラダ 35kcal / 0.5g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	アスパラサラダ 36kcal / 0.5g 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大アレルゲンを表示しています。

6月のイベントメニューは「初夏のカレーフェアです！」

