








週間献立表

Sale Items	7月25日 Monday	7月26日 Tuesday	7月27日 Wednesday	7月28日 Thursday	7月29日 Friday	7月30日 Saturday	7月31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 221kcal / 1.4g	白身魚の香草 パン粉焼き 249kcal / 1.5g	ヘルシーチーズ ハンバーグ 300kcal / 2.1g	ホキのトマトチーズ焼き 187kcal / 2.6g	鯖のねぎ味噌焼き 124kcal / 0.5g		
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	豚キムチ炒め 296kcal / 1.6g	鶏肉の竜田揚げ おろしポン酢 346kcal / 2.2g	酢豚 354kcal / 2.5g	ジャンボメンチカツ 521kcal / 2.8g	ポークソテー 351kcal / 2.5g		
日替わり麺(単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	白湯ラーメン 525kcal / 5.3g	冷やし坦々 うどん・そば 576kcal / 4.5g	麻婆ラーメン  608kcal / 6g	関西出汁の うどん・そば 512kcal / 4.2g	ざるラーメン 567kcal / 4.8g	 辛さの目 チヨイ 辛 ×□°△× 激 	
定番麺(単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木	きつね・たぬき・かき揚げ	醤油・味噌・塩	醤油・味噌・塩	醤油・味噌・塩	きつね・たぬき・かき揚げ		
日替わり丼 (汁物付)	麻婆丼 	ネギトロ丼	トンテキ丼 	イベントメニュー! 銀座デリー監修 バターチキンカレー 	親子丼		
カレーライス (単品)	ポークカレー 765kcal / 3.3g						
カレー トッピング	豚カツorから揚げ 100円						
小鉢 A	温泉たまご 65kcal / 0.4g	カレーコロッケ 112kcal / 0.5g	ブロッコリーのマリネ 68kcal / 0.8g	もやしのナムル 42kcal / 1.9g	切干大根煮つけ 98kcal / 1.4g		
小鉢 A	小松菜煮びたし 65kcal / 0.4g	こんにゃく ピリ炒め 32kcal / 0.3g	茄子の煮浸し 97kcal / 0.1g	金平牛蒡 75kcal / 0.5g	ほうれん草 ピーナツ和え 61kcal / 0.4g		
小鉢 A	ひじきと大根のなます 54kcal / 0.4g	オクラとカニカマの ワサビポン酢和え 33kcal / 0.8g	レンコンのコチジャンナムル 58kcal / 0.9g	ハムとキャベツの マヨネーズ和え 87kcal / 0.6g	コンニャクとピーマンの ガーリックソテー 58kcal / 0.6g		
小鉢 B	ブロッコリーサラダ 54kcal / 0.1g	ペンネサラダ 112kcal /	カブとささみの サラダ 49kcal / 1.1g	カリフラワー ベーコンサラダ 123kcal / 0.4g	ゴボウサラダ 123kcal / 0.8g		

※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。**

7月のイベントメニューは「夏のカレーフェア!」です。

今回も、有名店監修のカレーソースを使用したメニュー3品とタイのグリーンカレーをご用意しました。

景品が当たるラリーも開催いたします。

