

週間献立表

| Sale Items | 7月24日 Monday | 7月25日 Tuesday | 7月26日 Wednesday | 7月27日 Thursday | 7月28日 Friday | 7月29日 Saturday | 7月30日 Sunday |
|-----------------------------------|-----------------------------------|--|--------------------------------------|---------------------------------------|--|--|-----------------|
| 日替わり ヘルシーセット (小鉢A2品+ご飯+汁物) | 鶏肉とキャベツの だし煮 168kcal / 1.8g | 鶏ムネ肉のカレー ムニエル生姜風味 243kcal / 2.8g | 白身魚の香草パン粉 焼き 249kcal / 1.5g | 鶏ささフリッター 🔥 香味ソース 242kcal / 1.3g | 鯖の梅煮竹の子と ふきの土佐煮添え 221kcal / 2.0g | | |
| バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物) | トンカツ 422kcal / 2.9g | 鶏肉の竜田揚げ おろしポン酢 346kcal / 0.2g | 🔥 豚キムチ炒め 温玉添え 🔥 254kcal / 1.9g | 牛焼き肉 476kcal / 3.3g | チキンチーズ焼き 303kcal / 2.4g | 辛さの目 🔥チヨイ 🔥辛 🔥 🔥×□°△× 激 😞 | |
| 日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木 | 台湾ラーメン 538kcal / 4g | 🔥 冷やし担担 うどん・そば 576kcal / 4.5g | ゆず風味 塩ラーメン 483kcal / 4.9g | かきたま うどん・そば 567kcal / 5.4g | 冷やし中華 / | | |
| 定番麺 (単品) 和麺：月・水・金 中華麺：火・木 | きつね・たぬき | 醤油・味噌・塩 | きつね・たぬき | 醤油・味噌・塩 | きつね・たぬき | | |
| 日替わり丼 (汁物付) | 豚丼 748kcal / 3.8g | ビビンバ 671kcal / 1.8g | 山芋キムチ丼 698kcal / 2.6g | イベントメニュー タコ焼きカレー 526kcal / 4.4g | 韓国風 ドライカレー 539kcal / 1.8g | | |
| 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 | さつま揚げ煮 134 kcal / 0.8 g | 竹輪磯部揚げ 113 kcal / 0.2 g | ふろふき大根 44kcal / 1.2g | 小松菜ピーナッツ 和え 69 kcal / 0.2 g | ザーサイともやし ピリ辛炒め 40kcal / 2.5g | | |
| 小鉢 A | 焼きビーフン 78 kcal / 0.3 g | きんぴら牛蒡 67 kcal / 0.4 g | 白菜おひたし 32 kcal / 0.3 g | 根菜煮物 45 kcal / 0.4 g | 肉団子 113 kcal / 0.4 g | | |
| 小鉢 A | 貝柱フライ 92kcal / 1.1g | 茄子と菜の花の 白湯煮浸し 51kcal / 0.8g | 根菜のトマトドレサラダ 59kcal / 0.5g | えのきときくらげの コリコリナムル 25kcal / 1.3g | カブと若芽の 塩糀和え 27kcal / 0.9g | | |
| 小鉢 B | 明太ポテトサラダ 120 kcal / 0.6 g | シエルマカロニ サラダ 86 kcal / 0.8 g | 根菜サラダ 42 kcal / 0.1 g | 小エビのサラダ 114 kcal / 0.2 g | 南瓜サラダ 140 kcal / 0.7 g | | |

※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「関西うまいもん・カレーフェア」です。

毎年恒例のカレーフェア。前回好評の神戸の名店監修カレーを始め、関西うまいもんを集めてカレーとコラボしてみました。プレゼントが当たるラリーも開催致しますのでお楽しみに！

