

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楽しみに！

