




週間献立表

Sale Items	6月10日 Monday	6月11日 Tuesday	6月12日 Wednesday	6月13日 Thursday	6月14日 Friday	6月15日 Saturday	6月16日 Sunday
ヘルシーセット お弁当 420円～	ササミのピカタ オーロラソース 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 221 kcal / 1.4 g	ホキのトマトチー焼き 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 187kcal / 2.6g	鶏肉の南部焼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 241 kcal / 1.8 g	カレイの野菜あん 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 268 kcal / 1.3 g	カレー麻婆豆腐  玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 299 kcal / 1.8 g		
バラエティー セット (小鉢A+ご飯+汁物)	肉じゃが 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	鯖の竜田揚げ 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 343kcal / 3.2g	酢豚 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 354kcal / 2.5g	鶏肉の竜田揚げ おろしポン酢 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 232kcal / 1.3g	肉野菜炒め 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 227kcal / 1.3g		
日替わり麺 (単品) 中華麺：月・水・金 和麺：火・木	サンマーメン 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 670kcal / 6.6g	豚野菜ラーメン 醤油・塩・味噌 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 / 3.9g	学生限定ワンコイン カレー肉汁 うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	冷やし中華 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 623kcal / 3.1g	学生限定ワンコイン かき玉 うどん・そば 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 /	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	きつね・たぬき・ざる	きつね・たぬき・ざる		きつね・たぬき・ざる			
日替わり丼 (汁物付)	ネギトロ丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 552kcal / 3.6g	イベントメニュー バターチキンカレー 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 620kcal / 2.9g	ささみ ソースかつ丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 589kcal / 2.9g	イベントメニュー バターチキンカレー 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 595kcal / 1.9g	スタミナ丼 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生 845 kcal / 3.8 g	水曜・金曜100円 カレー・うどん・そばの日!	
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 96kcal / 0.3g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	切干大根とほうれん草 のピリ辛キムチ和え 57kcal / 1.g 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 68kcal / 0.3g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	バター風味入り豆腐 112kcal / 0.6g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ほうれん草とキノコの わさび海苔和え 34kcal / 0.6g 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	インゲン胡麻和え 39kcal / 0.6g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生		
小鉢 A	ほうれん草のナムル 40kcal / 1.2g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	揚げ茄子の中華風 南蛮漬け 136kcal / 1.0g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	竹の子とアスパラの ザーサイ炒め 50kcal / 1.4g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	冬瓜のホットジンジャー コンポート 54kcal / 0.0g 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	ツナサラダ 13kcal / 0.9g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	山芋とオクラのサラダ 13kcal / 1.2g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	スパゲッティサラダ 90kcal / 0.8g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	ハンバンジーサラダ 139kcal / 1.4g 玉子 小麦 牛乳 そば 落花生	アボガドサラダ 63kcal / 0.6g 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！」

