



週間献立表

WEEKLY MENU



区分	令和 6年11月18日(月)	令和 6年11月19日(火)	令和 6年11月20日(水)	令和 6年11月21日(木)	令和 6年11月22日(金)	令和 6年11月23日(土)	令和 6年11月24日(日)
朝食 Breakfast	主菜A Main dish 490円 I補材 : 243 kcal 塩分 : 1.3 g	牛ごぼうのしぐれ煮 回鍋肉 I補材 : 329 kcal 塩分 : 1.6 g	鶏肉の唐揚げ I補材 : 346 kcal 塩分 : 1.7 g	豚肉のガーリック ペッパー炒め I補材 : 325 kcal 塩分 : 1.9 g	親子煮 I補材 : 340 kcal 塩分 : 1.8 g	おろし豚カツ I補材 : 292 kcal 塩分 : 1.3 g	豚肉の生姜焼き I補材 : 322 kcal 塩分 : 1.8 g
	主菜B Main dish 490円 I補材 : 216 kcal 塩分 : 1.6 g	鯖の照り焼き 鱈の唐揚げ I補材 : 261 kcal 塩分 : 1.4 g	タラの粕焼き I補材 : 224 kcal 塩分 : 1.8 g	鰯のソテートマト ソース煮 I補材 : 235 kcal 塩分 : 2.3 g	鮭のムニエル I補材 : 255 kcal 塩分 : 1.8 g	白身魚の煮付け I補材 : 222 kcal 塩分 : 1.3 g	カレイの天ぷら I補材 : 244 kcal 塩分 : 1.7 g
	丼 Bowl 500円 I補材 : 661 kcal 塩分 : 2.8 g	豚スタミナ丼 ビビンバ丼 I補材 : 623 kcal 塩分 : 2.1 g	中華丼 I補材 : 442 kcal 塩分 : 2.3 g	白身フライ丼 I補材 : 748 kcal 塩分 : 2.7 g	ハヤシライス I補材 : 796 kcal 塩分 : 2.6 g	そば飯 I補材 : 428 kcal 塩分 : 2.6 g	焼きとり丼 I補材 : 634 kcal 塩分 : 2.9 g
	カレー Curry 500円 I補材 : 812 kcal 塩分 : 5.5 g	目玉焼きカレー ウィンナーカレー I補材 : 842 kcal 塩分 : 5.9 g	ハンバーグカレー I補材 : 843 kcal 塩分 : 5.9 g	オムレツカレー I補材 : 761 kcal 塩分 : 5.2 g	野菜素揚げカレー I補材 : 716 kcal 塩分 : 5.2 g	牛肉コロッケカレー I補材 : 890 kcal 塩分 : 6.0 g	ササミフライカレー I補材 : 830 kcal 塩分 : 5.7 g
夕食 Dinner	主菜A Main dish 490円 I補材 : 251 kcal 塩分 : 1.6 g	スパニッシュオムレツ 煮込みハンバーグ I補材 : 360 kcal 塩分 : 2.4 g	めばるの煮付け I補材 : 127 kcal 塩分 : 2.2 g	八宝菜 I補材 : 273 kcal 塩分 : 2.2 g	サイコロステーキ I補材 : 526 kcal 塩分 : 1.9 g	鯖の生姜煮 I補材 : 223 kcal 塩分 : 2.2 g	メンチカツ I補材 : 391 kcal 塩分 : 2.2 g
	丼 orカレー Bowl or Curry 500円 I補材 : 661 kcal 塩分 : 1.8 g	豚スタミナ丼 ウィンナーカレー I補材 : 842 kcal 塩分 : 5.9 g	中華丼 I補材 : 442 kcal 塩分 : 1.8 g	オムレツカレー I補材 : 761 kcal 塩分 : 5.2 g	ハヤシライス I補材 : 796 kcal 塩分 : 2.6 g	牛肉コロッケカレー I補材 : 890 kcal 塩分 : 6.0 g	焼きとり丼 I補材 : 634 kcal 塩分 : 2.9 g
麺類 Noodle	和麺 330円 I補材 : 320 kcal 塩分 : 3.9 g	かけうどん/そば かけうどん/そば I補材 : 320 kcal 塩分 : 3.9 g	かけうどん/そば I補材 : 320 kcal 塩分 : 3.9 g	かけうどん/そば I補材 : 320 kcal 塩分 : 3.9 g	かけうどん/そば I補材 : 320 kcal 塩分 : 3.9 g	かけうどん/そば I補材 : 320 kcal 塩分 : 3.9 g	かけうどん/そば I補材 : 320 kcal 塩分 : 3.9 g
	ラーメン 500円 I補材 : 518 kcal 塩分 : 4.1 g	豚骨ラーメン スタミナラーメン I補材 : 629 kcal 塩分 : 4.7 g	フェアメニュー 海老とイカの明太ク リームパスタ I補材 : 980 kcal 塩分 : 2.4 g	醤油ラーメン I補材 : 464 kcal 塩分 : 4.0 g	豚骨醤油ラーメン I補材 : 549 kcal 塩分 : 3.7 g	塩ラーメン I補材 : 491 kcal 塩分 : 2.6 g	ちゃんぽん麺 I補材 : 554 kcal 塩分 : 3.9 g

定食セットのご案内

定食（ライス+みそ汁+主菜+小鉢2種）セットは
 単品合計 950 円相当のところ、800 円(税込)になります！
 お得に、バランス良い食事をご提供します！！
 定食は、同じ金額でライスは大き盛も可能です！
 (カウンターでお声がけ下さい)

【注文方法】

- ① カウンターで「定食 A (B)」とお声がけ下さい
- ② 定食用小鉢を 2 個お取りください
- ③ ライスのサイズ(大・中・小)をお伝え下さい
- ④ ライス、みそ汁、主菜、小鉢 2 個セット完成！
- ⑤ 精算をお願いします



仕入れの関係により献立を変更することがあります。