

# 今週のメニュー

販売品目	価格	1月15日(月)	1月16日(火)	1月17日(水)	1月18日(木)	1月19日(金)	1月20日(土)
ランチ	420円	豚の生姜焼き	しめじバターご飯と 鮭のムニエル	豚肉とキクラゲの 卵炒め	鱈の照り焼き	チキンソテー ラタトゥイユソース	鮭の胡麻照り焼き
		685kcal 3.0g	622kcal 2.4g	685kcal 3.0g	534kcal 4.2g	645kcal 2.5g	671kcal 2.5g
アラカルト	380円	温玉唐揚げカレー	ミートソース スパゲティ	鶏の照り焼き丼	トマトロコモコ丼	韓国風豚丼	鶏ごま丼
		749kcal 3.1g	662kcal 3.0g	615kcal 2.6g	680kcal 3.2g	722kcal 3.2g	625kcal 2.7g
麺類	和麺300円	コロッケ うどん・そば	燕三条ラーメン	野菜かき揚げ うどん・そば	煮干しラーメン	味噌チーズラーメン	ゆず塩タンメン
	中華麺340円						
		545kcal 4.0g	676kcal 5.6g	584kcal 5.5g	675kcal 5.5g	773kcal 4.5g	650kcal 4.5g
カレーライス	300円	ポークカレー					
				724kcal	3.3g		

★仕入の都合で、多少の変更がある場合があります。ご了承下さい。

★麺大盛り・ライス大盛り 90円増し

メニュー表示	kcal	塩分
ご飯1杯(230g)あたり	356kcal	0g
味噌汁(180cc)あたり	38kcal	1.0g