

今週のメニュー

販売品目	価格	10月7日(月)		10月8日(火)		10月9日(水)	10月10日(木)		10月11日(金)		10月12日(土)		
ランチ	420円	きのこご飯と 鮭西京焼き		サクサク豚カツ		お 会 式	鶏肉のマリネ風		和風おろし ハンバーグ		カレイの唐揚げ 野菜あんかけ		
		622kcal	2. 4g	875kcal	2. 5g		769cal	2. 7g	762kcal	3. 6g	685kcal	3. 0g	
アラカルト	380円	中華丼		親子丼			カニあんかけ炒飯 春巻		ミートソース スパゲティ		豚ニラ卵丼		
		625kcal	2. 7g	615kcal	2. 6g		688kcal	3. 8g	674kcal	2. 2g	645kcal	2. 5g	
麺類	和麺300円	ピリ辛メンマ 味噌ラーメン		ちくわ磯部天 うどん・そば			ゆず塩ラーメン		醤油ラーメン		塩タンメン		
	中華麺340円												
			650kcal	5. 5g	553kcal		4. 0g	670kcal	5. 7g	682kcal	5. 5g	596kcal	5. 5g
カレーライス	300円	ポークカレー					724kcal	ポークカレー					
		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	1.0 g