

	2017/06/26 Mon	2017/06/27 Tue	2017/06/28 Wed	2017/06/29 Thu	2017/06/30 Fri	2017/07/01 Sat	2017/07/02 Sun
 MAIN 定食	チキンフリッター ¥420 E:1200kcal P:43.8g F:61.5g C:107.4g Na(S):2014.0mg (5.2g)	鶏スタミナ焼き ¥420 E:937kcal P:44.6g F:33.2g C:106.3g Na(S):1738.0mg (4.5g)	豚肉の生姜焼き ¥420 E:714kcal P:22.6g F:17.2g C:112.1g Na(S):1863.0mg (4.7g)	ポークソテー オニオンばん酢 ¥420 E:816kcal P:30.5g F:25.1g C:108.6g Na(S):1695.0mg (4.3g)	タンドリーチキン ¥420 E:910kcal P:44.1g F:31.3g C:104.6g Na(S):3046.0mg (7.8g)	おまかせランチ ¥420 E:644kcal P:23.4g F:15.4g C:96.2g Na(S):1137.0mg (2.8g)	
 MAIN 定食	サワラの香味焼き ¥420 E:642kcal P:26.8g F:10.9g C:102.6g Na(S):1548.0mg (3.9g)	肉野菜炒め ¥420 E:684kcal P:24.4g F:15.8g C:106.5g Na(S):2013.0mg (5.1g)	アジの香草パン粉焼き ¥420 E:825kcal P:29.3g F:24.4g C:116.4g Na(S):2573.0mg (6.5g)	海老と野菜の 塩炒め ¥420 E:579kcal P:20.9g F:3.7g C:111.6g Na(S):2131.0mg (5.4g)	魚介と大葉の スパゲティ ¥420 E:497kcal P:22.1g F:6.7g C:83.4g Na(S):1189.0mg (3.0g)		
 BOWL 丼	鶏肉とキャベツの 辛味噌炒め丼 ¥400 E:799kcal P:24.9g F:27.0g C:108.0g Na(S):1780.0mg (4.5g)	豚肉と青梗菜の あんかけ飯 ¥400 E:721kcal P:21.3g F:18.9g C:111.1g Na(S):2677.0mg (6.8g)	豚焼肉ビビンバ丼 ¥400 E:8926kcal P:70.6g F:42.8g C:871.4g Na(S):2360.0mg (5.9g)	五目あんかけ焼きそば ¥400 E:572kcal P:22.5g F:11.2g C:91.2g Na(S):2099.0mg (5.2g)	明太高菜牛丼 ¥400 E:771kcal P:19.8g F:23.7g C:114.5g Na(S):2665.0mg (6.8g)		
 JAPANESE NOODLE 和麺	冷やしうどん・そば ¥250 E:434kcal P:11.8g F:9.4g C:73.6g Na(S):2532.0mg (6.4g)	冷やしうどん・そば ¥250 E:434kcal P:11.8g F:9.4g C:73.6g Na(S):2532.0mg (6.4g)	冷やしうどん・そば ¥250 E:434kcal P:11.8g F:9.4g C:73.6g Na(S):2532.0mg (6.4g)	冷やしうどん・そば ¥250 E:434kcal P:11.8g F:9.4g C:73.6g Na(S):2532.0mg (6.4g)	冷やしうどん・そば ¥250 E:434kcal P:11.8g F:9.4g C:73.6g Na(S):2532.0mg (6.4g)	冷やしうどん・そば ¥250 E:434kcal P:11.8g F:9.4g C:73.6g Na(S):2532.0mg (6.4g)	
 CHINESE NOODLE 中華麺	塩ラーメン ¥310 E:380kcal P:15.4g F:6.0g C:62.9g Na(S):2950.0mg (7.5g)	味噌ラーメン ¥310 E:417kcal P:18.1g F:5.0g C:71.9g Na(S):2661.0mg (6.8g)	白湯ラーメン ¥310 E:390kcal P:15.0g F:6.8g C:63.4g Na(S):2322.0mg (5.9g)	塩ラーメン ¥310 E:380kcal P:15.4g F:6.0g C:62.9g Na(S):2950.0mg (7.5g)	味噌ラーメン ¥310 E:417kcal P:18.1g F:5.0g C:71.9g Na(S):2661.0mg (6.8g)	醤油ラーメン ¥310 E:398kcal P:16.1g F:6.0g C:66.7g Na(S):3036.0mg (7.8g)	
 SPECIAL NOODLE スペシャル麺	タンメン ¥390 E:448kcal P:18.9g F:11.8g C:63.1g Na(S):3282.0mg (8.3g)	もやしみそらーめん ¥390 E:428kcal P:20.9g F:3.9g C:77.7g Na(S):2618.0mg (6.7g)	鶏葱塩ラーメン ¥390 E:467kcal P:18.4g F:9.1g C:74.8g Na(S):2543.0mg (6.5g)	味噌野菜ラーメン ¥390 E:457kcal P:20.7g F:8.5g C:71.2g Na(S):2106.0mg (5.4g)	長崎ちゃんぽん ¥390 E:375kcal P:12.0g F:2.9g C:73.5g Na(S):2733.0mg (7.0g)	チャーシュー麺 【しょうゆ】 ¥390 E:419kcal P:18.1g F:7.1g C:66.6g Na(S):2813.0mg (7.2g)	
 CURRY カレーライス	ポークカレーライス ¥310 E:800kcal P:16.5g F:23.4g C:126.0g Na(S):2464.0mg (6.3g)	ポークカレーライス ¥310 E:800kcal P:16.5g F:23.4g C:126.0g Na(S):2464.0mg (6.3g)	ポークカレーライス ¥310 E:800kcal P:16.5g F:23.4g C:126.0g Na(S):2464.0mg (6.3g)	ポークカレーライス ¥310 E:800kcal P:16.5g F:23.4g C:126.0g Na(S):2464.0mg (6.3g)	ポークカレーライス ¥310 E:800kcal P:16.5g F:23.4g C:126.0g Na(S):2464.0mg (6.3g)	ポークカレーライス ¥310 E:800kcal P:16.5g F:23.4g C:126.0g Na(S):2464.0mg (6.3g)	
 CURRY スペシャルカレー	カツカレー ¥390 E:815kcal P:22.3g F:20.5g C:129.6g Na(S):1640.0mg (4.1g)	カツカレー ¥390 E:815kcal P:22.3g F:20.5g C:129.6g Na(S):1640.0mg (4.1g)	カツカレー ¥390 E:815kcal P:22.3g F:20.5g C:129.6g Na(S):1640.0mg (4.1g)	カツカレー ¥390 E:815kcal P:22.3g F:20.5g C:129.6g Na(S):1640.0mg (4.1g)	カツカレー ¥390 E:815kcal P:22.3g F:20.5g C:129.6g Na(S):1640.0mg (4.1g)	カツカレー ¥390 E:815kcal P:22.3g F:20.5g C:129.6g Na(S):1640.0mg (4.1g)	

定食にはご飯みそ汁がセットになっております。

仕入等の都合によりメニューが変更になる場合がございます。

	2017/06/26 Mon	2017/06/27 Tue	2017/06/28 Wed	2017/06/29 Thu	2017/06/30 Fri	2017/07/01 Sat	2017/07/02 Sun
 お手軽サラダ	コーンサラダ ¥80 E:64kcal P:1.1g F:4.1g C:6.2g Na(S):116.0mg (0.3g)	ツナサラダ ¥80 E:113kcal P:2.8g F:10.2g C:2.7g Na(S):425.0mg (1.1g)	マカロニサラダ ¥80 E:71kcal P:1.7g F:3.8g C:7.7g Na(S):216.0mg (0.6g)	春雨サラダ ¥80 E:67kcal P:1.9g F:0.9g C:13.2g Na(S):327.0mg (0.8g)	ハムサラダ ¥80 E:72kcal P:2.9g F:5.7g C:2.6g Na(S):146.0mg (0.4g)	コーンサラダ ¥80 E:64kcal P:1.1g F:4.1g C:6.2g Na(S):116.0mg (0.3g)	
 デザート	とろ〜りやわらか♪プリン ¥100 E:128kcal P:1.6g F:6.5g C:15.8g Na(S):138.0mg (0.4g)						
 胡麻団子	胡麻団子 ¥70 E:106kcal P:1.7g F:3.3g C:17.5g Na(S):4.0mg (0.0g)						
 弁当 320	豚ヒリマヨ丼 ¥320 E:715kcal P:17.9g F:22.9g C:104.2g Na(S):415.0mg (1.0g)	青椒肉絲弁当 ¥320 E:559kcal P:18.4g F:6.6g C:102.1g Na(S):684.0mg (1.7g)	肉野菜炒め ¥320 E:583kcal P:12.7g F:12.5g C:100.5g Na(S):436.0mg (1.1g)	回鍋肉丼 ¥320 E:548kcal P:14.0g F:8.7g C:98.6g Na(S):410.0mg (1.0g)	豚マヨ丼 ¥320 E:711kcal P:17.8g F:22.9g C:103.3g Na(S):415.0mg (1.0g)		
 弁当 400	唐揚げ弁当 ¥400 E:894kcal P:69.5g F:39.2g C:884.2g Na(S):925.0mg (2.3g)	唐揚げ弁当 ¥400 E:780kcal P:30.4g F:18.7g C:115.0g Na(S):902.0mg (2.3g)					
 唐揚げ	唐揚げ ¥50 E:168kcal P:5.9g F:14.3g C:2.1g Na(S):637.0mg (1.6g)						
 温泉玉子	温泉卵麺友 ¥80 E:79kcal P:5.9g F:5.6g C:0.1g Na(S):53.0mg (0.1g)						
 かき揚げ	かき揚げ麺友 ¥130 E:181kcal P:1.7g F:11.8g C:16.7g Na(S):29.0mg (0.1g)						

定食にはご飯みそ汁がセットになっております。

仕入等の都合によりメニューが変更になる場合がございます。



E:エネルギー/energy P:たんぱく質/protein F:脂質/fat
C:炭水化物/carbohydrate Na:ナトリウム/sodium (S):食塩相当量/salt
仕入の都合によりメニューが変更になる場合がございます。ご了承下さい。

	2017/06/26 Mon	2017/06/27 Tue	2017/06/28 Wed	2017/06/29 Thu	2017/06/30 Fri	2017/07/01 Sat	2017/07/02 Sun
	冷奴 ¥50 E:47kcal P:3.8g F:2.3g C:2.5g Na(S):19.0mg (0.0g)	冷奴 ¥50 E:47kcal P:3.8g F:2.3g C:2.5g Na(S):19.0mg (0.0g)					
	キツネ ¥80 E:113kcal P:4.2g F:6.9g C:8.7g Na(S):200.0mg (0.5g)	キツネ ¥80 E:113kcal P:4.2g F:6.9g C:8.7g Na(S):200.0mg (0.5g)					
	アメリカンドック ¥110 E:166kcal P:13.4g F:4.8g C:16.1g Na(S):254.0mg (0.6g)	アメリカンドック ¥110 E:166kcal P:13.4g F:4.8g C:16.1g Na(S):254.0mg (0.6g)					
							
	ミートソース ¥180 E:423kcal P:14.8g F:3.0g C:79.9g Na(S):519.0mg (1.3g)	アラビアータ ¥180 E:391kcal P:12.7g F:2.0g C:76.4g Na(S):188.0mg (0.5g)	売店ポモドーロ ¥180 E:387kcal P:12.6g F:2.0g C:75.6g Na(S):188.0mg (0.5g)	ナポリタン ¥180 E:474kcal P:13.5g F:8.9g C:80.6g Na(S):302.0mg (0.8g)	明太子スパゲッティ ¥180 E:408kcal P:15.2g F:3.2g C:75.4g Na(S):232.0mg (0.6g)		
							
							
							

定食にはご飯みそ汁がセットになっております。

仕入等の都合によりメニューが変更になる場合がございます。

イベント	2017/06/26 Mon	2017/06/27 Tue	2017/06/28 Wed	2017/06/29 Thu	2017/06/30 Fri	2017/07/01 Sat	2017/07/02 Sun

定食にはご飯みそ汁がセットになっております。

仕入等の都合によりメニューが変更になる場合がございます。



E:エネルギー/energy P:たんぱく質/protein F:脂質/fat
 C:炭水化物/carbohydrate Na:ナトリウム/sodium (S):食塩相当量/salt
 仕入の都合によりメニューが変更になる場合がございます。ご了承下さい。