

















	2018/01/22 Mon	2018/01/23 Tue	2018/01/24 Wed	2018/01/25 Thu	2018/01/26 Fri	2018/01/27 Sat	2018/01/28 Sun
 MAIN 定食	チキン竜田おろしぼん酢 ¥420 E:1089kcal P:44.1g F:40.2g C:126.5g Na(S):2055.0mg (5.3g)	煮かつ皿 ¥420 E:781kcal P:26.9g F:17.9g C:122.6g Na(S):2022.0mg (5.1g)	鶏肉山賊焼き ¥420 E:922kcal P:43.8g F:32.0g C:105.7g Na(S):1710.0mg (4.4g)	焼肉 ¥420 E:769kcal P:25.8g F:20.7g C:114.3g Na(S):1910.0mg (4.8g)	ハンバーグ温玉添え ¥420 E:804kcal P:35.8g F:17.2g C:121.1g Na(S):1838.0mg (4.7g)	おまかせランチ ¥420 E:644kcal P:23.4g F:15.5g C:96.2g Na(S):1125.0mg (2.8g)	
 MAIN 定食	ラのフリッター麻婆挽肉あん ¥420 E:904kcal P:29.3g F:34.7g C:111.1g Na(S):1982.0mg (5.1g)	秋刀魚竜田揚げ七味たれかけ ¥420 E:805kcal P:22.6g F:26.0g C:114.9g Na(S):2644.0mg (6.7g)	豚肉とキムチの炒め ¥420 E:755kcal P:25.5g F:21.0g C:111.2g Na(S):2262.0mg (5.7g)				
 BOWL 丼	鶏照焼き丼 ¥400 E:783kcal P:31.5g F:18.9g C:112.6g Na(S):2634.0mg (6.7g)	豚肉と竹の子炒め丼 ¥400 E:840kcal P:21.5g F:31.5g C:110.8g Na(S):1645.0mg (4.2g)	牛肉クッパ ¥400 E:807kcal P:20.1g F:26.0g C:115.1g Na(S):1475.0mg (3.7g)				
 CHINESE NOODLE 中華麺	醤油ラーメン ¥310 E:400kcal P:16.3g F:6.3g C:66.4g Na(S):2997.0mg (7.7g)	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)	パイタンラーメンラーメン ¥310 E:390kcal P:15.0g F:6.8g C:63.4g Na(S):2322.0mg (5.9g)	醤油ラーメン ¥310 E:400kcal P:16.3g F:6.3g C:66.4g Na(S):2997.0mg (7.7g)	塩ラーメン ¥310 E:380kcal P:15.4g F:6.0g C:62.9g Na(S):2950.0mg (7.5g)	
 DESSERT 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)	胡麻団子 ¥70 E:106kcal P:1.7g F:3.3g C:17.5g Na(S):4.0mg (0.0g)	胡麻団子 ¥70 E:106kcal P:1.7g F:3.3g C:17.5g Na(S):4.0mg (0.0g)				
 JAPANESE NOODLE 和麺	うどん・そば ¥220 E:290kcal P:9.4g F:1.1g C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)	うどん・そば ¥220 E:290kcal P:9.4g F:1.1g C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)	うどん・そば ¥220 E:290kcal P:9.4g F:1.1g C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)	うどん・そば ¥220 E:290kcal P:9.4g F:1.1g C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)	うどん・そば ¥220 E:290kcal P:9.4g F:1.1g C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)	うどん・そば ¥220 E:290kcal P:9.4g F:1.1g C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)	
 DESSERT 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)	とろ〜りやわらか♪プリン ¥100 E:143kcal P:2.3g F:7.3g C:16.9g Na(S):147.0mg (0.4g)	りやわらか♪プリンキウイ ¥100 E:142kcal P:2.3g F:7.3g C:16.6g Na(S):147.0mg (0.4g)				
 SPECIAL NOODLE スペシャル麺	醤油チャーシュー麺 ¥390 E:420kcal P:18.2g F:7.4g C:66.3g Na(S):2773.0mg (7.1g)	塩野菜ラーメン ¥390 E:533kcal P:22.2g F:17.8g C:66.8g Na(S):3046.0mg (7.7g)	味噌バターコーンラーメン ¥390 E:472kcal P:16.3g F:10.0g C:76.7g Na(S):2087.0mg (5.3g)	パイタンチャーシュー麺 ¥390 E:391kcal P:18.4g F:5.0g C:63.6g Na(S):484.0mg (1.3g)	ワンタン麺 ¥390 E:432kcal P:16.1g F:6.8g C:73.0g Na(S):2727.0mg (7.0g)	チャーシュー麺【しお】 ¥390 E:399kcal P:17.5g F:6.6g C:63.2g Na(S):2459.0mg (6.3g)	

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。




	2018/01/22 Mon	2018/01/23 Tue	2018/01/24 Wed	2018/01/25 Thu	2018/01/26 Fri	2018/01/27 Sat	2018/01/28 Sun
 カレーライス	ポークカレーライス ¥310 E:813kcal P:16.6g F:25.1g C:125.4g Na(S):2424.0mg (6.1g)	ポークカレーライス ¥310 E:813kcal P:16.6g F:25.1g C:125.4g Na(S):2424.0mg (6.1g)	ポークカレーライス ¥310 E:813kcal P:16.6g F:25.1g C:125.4g Na(S):2424.0mg (6.1g)	ポークカレーライス ¥310 E:813kcal P:16.6g F:25.1g C:125.4g Na(S):2424.0mg (6.1g)	ポークカレーライス ¥310 E:813kcal P:16.6g F:25.1g C:125.4g Na(S):2424.0mg (6.1g)	ポークカレーライス ¥310 E:813kcal P:16.6g F:25.1g C:125.4g Na(S):2424.0mg (6.1g)	
 スペシャルカレー	カツカレー ¥390 E:823kcal P:22.5g F:21.3g C:129.8g Na(S):1619.0mg (4.1g)	カツカレー ¥390 E:823kcal P:22.5g F:21.3g C:129.8g Na(S):1619.0mg (4.1g)	カツカレー ¥390 E:823kcal P:22.5g F:21.3g C:129.8g Na(S):1619.0mg (4.1g)	カツカレー ¥390 E:823kcal P:22.5g F:21.3g C:129.8g Na(S):1619.0mg (4.1g)	カツカレー ¥390 E:823kcal P:22.5g F:21.3g C:129.8g Na(S):1619.0mg (4.1g)	カツカレー ¥390 E:823kcal P:22.5g F:21.3g C:129.8g Na(S):1619.0mg (4.1g)	
 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)	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)	ツナサラダ ¥80 E:113kcal P:2.8g F:10.2g C:2.7g Na(S):425.0mg (1.1g)	
 弁当 320	天津丼 ¥320 E:713kcal P:14.3g F:15.3g C:125.4g Na(S):2486.0mg (6.3g)	回鍋肉丼 ¥320 E:548kcal P:14.0g F:8.7g C:98.6g Na(S):410.0mg (1.0g)	豚キムチ丼 ¥320 E:588kcal P:18.7g F:11.5g C:97.2g Na(S):41.0mg (0.1g)				
 弁当 400	唐揚げ弁当 ¥400 E:779kcal P:30.0g F:18.6g C:115.1g Na(S):901.0mg (2.3g)	唐揚げ弁当 ¥400 E:779kcal P:30.0g F:18.6g C:115.1g Na(S):901.0mg (2.3g)	唐揚げ弁当 ¥400 E:779kcal P:30.0g F:18.6g C:115.1g Na(S):901.0mg (2.3g)				
 フライドポテト	フライドポテト ¥100 E:207kcal P:3.0g F:9.2g C:27.8g Na(S):74.0mg (0.2g)	フライドポテト ¥100 E:207kcal P:3.0g F:9.2g C:27.8g Na(S):74.0mg (0.2g)	フライドポテト ¥100 E:207kcal P:3.0g F:9.2g C:27.8g Na(S):74.0mg (0.2g)				
 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)	温泉卵麺友 ¥80 E:79kcal P:5.9g F:5.6g C:0.1g Na(S):53.0mg (0.1g)	温泉卵麺友 ¥80 E:79kcal P:5.9g F:5.6g C:0.1g Na(S):53.0mg (0.1g)				
 小鉢	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)	冷奴 ¥50 E:47kcal P:3.8g F:2.3g C:2.5g Na(S):19.0mg (0.0g)				

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。

	2018/01/22 Mon	2018/01/23 Tue	2018/01/24 Wed	2018/01/25 Thu	2018/01/26 Fri	2018/01/27 Sat	2018/01/28 Sun
 きつね	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)	キツネ ¥80 E:113kcal P:4.2g F:6.9g C:8.7g Na(S):200.0mg (0.5g)				
 売店 バスタ	売店ポモドーロ ¥180 E:394kcal P:12.8g F:2.0g C:77.2g Na(S):188.0mg (0.5g)	ミートソース ¥180 E:446kcal P:15.2g F:3.0g C:85.1g Na(S):520.0mg (1.3g)	明太子スパゲッティー ¥180 E:408kcal P:15.2g F:3.2g C:75.4g Na(S):232.0mg (0.6g)				
 唐揚げ	唐揚げ ¥50 E:168kcal P:5.9g F:14.3g C:2.1g Na(S):637.0mg (1.6g)	唐揚げ ¥50 E:168kcal P:5.9g F:14.3g C:2.1g Na(S):637.0mg (1.6g)	唐揚げ ¥50 E:168kcal P:5.9g F:14.3g C:2.1g Na(S):637.0mg (1.6g)				
かきあげ	かき揚げ麺友 ¥130 E:181kcal P:1.7g F:11.8g C:16.7g Na(S):29.0mg (0.1g)	かき揚げ麺友 ¥130 E:181kcal P:1.7g F:11.8g C:16.7g Na(S):29.0mg (0.1g)	かき揚げ麺友 ¥130 E:181kcal P:1.7g F:11.8g C:16.7g Na(S):29.0mg (0.1g)				
売店和麺							
コロッケ	牛肉コロッケ ¥100 E:213kcal P:3.8g F:11.3g C:23.4g Na(S):1.0mg (0.8g)	コロッケ 野菜 ¥100 E:116kcal P:3.2g F:1.9g C:21.9g Na(S):0.0mg (0.5g)	牛肉コロッケ ¥100 E:213kcal P:3.8g F:11.3g C:23.4g Na(S):1.0mg (0.8g)				
揚げパン							
磯部揚げ	ちくわ磯部揚げ ¥80 E:48kcal P:3.5g F:0.6g C:7.2g Na(S):218.0mg (0.6g)	ちくわ磯部揚げ ¥80 E:48kcal P:3.5g F:0.6g C:7.2g Na(S):218.0mg (0.6g)	ちくわ磯部揚げ ¥80 E:48kcal P:3.5g F:0.6g C:7.2g Na(S):218.0mg (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。