





|  | 2018/01/08 <b>Mon</b>  | 2018/01/09 <b>Tue</b>   | 2018/01/10 <b>Wed</b>   | 2018/01/11 <b>Thu</b>  | 2018/01/12 <b>Fri</b>  | 2018/01/13 <b>Sat</b>   | 2018/01/14 <b>Sun</b> |
|--|--|---|---|--|--|---|-----------------------|
| <br>MAIN<br>定食                 | ハンバーグデミグラスソース<br>¥420<br>E:758kcal P:30.6g F:14.0g<br>C:123.5g Na(S):2101.0mg (5.4g) | タンドリーチキン定食<br>¥420<br>E:924kcal P:44.0g F:32.4g<br>C:105.1g Na(S):3864.0mg (9.9g)     | 豚ロースカツ和風ソース<br>¥420<br>E:686kcal P:24.7g F:5.4g<br>C:130.6g Na(S):2078.0mg (5.3g) | 鶏肉の照り焼き<br>¥420<br>E:901kcal P:43.8g F:30.2g<br>C:104.5g Na(S):1808.0mg (4.7g) | おまかせランチ<br>¥420<br>E:644kcal P:23.4g F:15.5g<br>C:96.2g Na(S):1125.0mg (2.8g)    | おまかせランチ<br>¥420<br>E:644kcal P:23.4g F:15.5g<br>C:96.2g Na(S):1125.0mg (2.8g) |                       |
| <br>MAIN<br>定食                 | もつ味噌煮和食セット<br>¥420<br>E:801kcal P:29.8g F:21.6g<br>C:115.8g Na(S):3188.0mg (8.1g)    | らのしゃぶしゃぶごまだれセ<br>¥420<br>E:1027kcal P:25.1g F:53.2g<br>C:102.8g Na(S):1481.0mg (3.7g) | 四川麻婆豆腐<br>¥420<br>E:835kcal P:32.7g F:28.2g<br>C:106.0g Na(S):2086.0mg (5.2g)     |  |  |   |                       |
| <br>BOWL<br>丼                  | 唐揚げ丼 胡麻ドレがけ<br>¥400<br>E:956kcal P:31.2g F:34.8g<br>C:119.4g Na(S):2119.0mg (5.4g)   | マヨかつ丼<br>¥400<br>E:779kcal P:23.3g F:20.7g<br>C:119.9g Na(S):1527.0mg (3.9g)          | 照りマヨチキン丼<br>¥400<br>E:814kcal P:30.9g F:26.4g<br>C:106.2g Na(S):2209.0mg (5.7g)   |  |  |   |                       |
| <br>CHINESE NOODLE<br>中華麺      | 塩ラーメン<br>¥310<br>E:380kcal P:15.4g F:6.0g<br>C:62.9g Na(S):2950.0mg (7.5g)           | 白湯ラーメン<br>¥310<br>E:334kcal P:12.8g F:2.5g<br>C:61.0g Na(S):306.0mg (0.8g)            | 醤油ラーメン<br>¥310<br>E:400kcal P:16.3g F:6.3g<br>C:66.4g Na(S):2997.0mg (7.7g)       | 味噌ラーメン<br>¥310<br>E:417kcal P:18.1g F:5.0g<br>C:71.9g Na(S):2661.0mg (6.8g)    | 白湯ラーメン<br>¥310<br>E:334kcal P:12.8g F:2.5g<br>C:61.0g Na(S):306.0mg (0.8g)       | 醤油ラーメン<br>¥310<br>E:400kcal P:16.3g F:6.3g<br>C:66.4g Na(S):2997.0mg (7.7g)   |                       |
| <br>DESSERT<br>胡麻団子           | 胡麻団子<br>¥70<br>E:106kcal P:1.7g F:3.3g<br>C:17.5g Na(S):4.0mg (0.0g)                 | 胡麻団子<br>¥70<br>E:106kcal P:1.7g F:3.3g<br>C:17.5g Na(S):4.0mg (0.0g)                  | 胡麻団子<br>¥70<br>E:106kcal P:1.7g F:3.3g<br>C:17.5g Na(S):4.0mg (0.0g)              |  |  |   |                       |
| <br>JAPANESE NOODLE<br>和麺    | うどん・そば<br>¥220<br>E:290kcal P:9.4g F:1.1g<br>C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)           | うどん・そば<br>¥220<br>E:290kcal P:9.4g F:1.1g<br>C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)            | うどん・そば<br>¥220<br>E:290kcal P:9.4g F:1.1g<br>C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)        | うどん・そば<br>¥220<br>E:290kcal P:9.4g F:1.1g<br>C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)     | うどん・そば<br>¥310<br>E:290kcal P:9.4g F:1.1g<br>C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)       | うどん・そば<br>¥220<br>E:290kcal P:9.4g F:1.1g<br>C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)    |                       |
| <br>DESSERT<br>デザート          | とろ〜りやわらか♪プリン<br>¥100<br>E:128kcal P:1.6g F:6.5g<br>C:15.8g Na(S):138.0mg (0.4g)      | とろ〜りやわらか♪プリン<br>¥100<br>E:128kcal P:1.6g F:6.5g<br>C:15.8g Na(S):138.0mg (0.4g)       | とろ〜りやわらか♪プリン<br>¥100<br>E:128kcal P:1.6g F:6.5g<br>C:15.8g Na(S):138.0mg (0.4g)   |  |  |   |                       |
| <br>SPECIAL NOODLE<br>スペシャル麺 | 野菜ラーメン<br>¥390<br>E:380kcal P:15.4g F:6.0g<br>C:62.9g Na(S):2950.0mg (7.5g)          | チャーシュー麺【白湯】<br>¥390<br>E:343kcal P:15.4g F:7.7g<br>C:49.8g Na(S):2303.0mg (5.9g)      | かに玉ラーメン<br>¥390<br>E:492kcal P:16.3g F:13.9g<br>C:71.7g Na(S):2955.0mg (7.6g)     | チャーシュー麺味噌<br>¥390<br>E:427kcal P:19.7g F:5.6g<br>C:70.2g Na(S):2366.0mg (6.0g) | チャーシュー麺【白湯】<br>¥390<br>E:343kcal P:15.4g F:7.7g<br>C:49.8g Na(S):2303.0mg (5.9g) | チャーシュー麺<br>¥390<br>E:350kcal P:15.3g F:9.5g<br>C:48.2g Na(S):2020.0mg (5.2g)  |                       |

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。

|   | 2018/01/08 <b>Mon</b> | 2018/01/09 <b>Tue</b>  | 2018/01/10 <b>Wed</b>  | 2018/01/11 <b>Thu</b>  | 2018/01/12 <b>Fri</b>  | 2018/01/13 <b>Sat</b>  | 2018/01/14 <b>Sun</b>  |
|---|-----------------------|--|--|--|--|--|--|
| <br>カレーライス    |                       | ポークカレーライス<br>¥310<br>E:813kcal P:16.6g F:25.1g<br>C:125.4g Na(S):2424.0mg (6.1g) | ポークカレーライス<br>¥310<br>E:813kcal P:16.6g F:25.1g<br>C:125.4g Na(S):2424.0mg (6.1g) | ポークカレーライス<br>¥310<br>E:813kcal P:16.6g F:25.1g<br>C:125.4g Na(S):2424.0mg (6.1g) | ポークカレーライス<br>¥310<br>E:813kcal P:16.6g F:25.1g<br>C:125.4g Na(S):2424.0mg (6.1g) | ポークカレーライス<br>¥310<br>E:813kcal P:16.6g F:25.1g<br>C:125.4g Na(S):2424.0mg (6.1g) | ポークカレーライス<br>¥310<br>E:813kcal P:16.6g F:25.1g<br>C:125.4g Na(S):2424.0mg (6.1g) |
| <br>スペシャルカレー  |                       | カツカレー<br>¥390<br>E:823kcal P:22.5g F:21.3g<br>C:129.8g Na(S):1619.0mg (4.1g)     | カツカレー<br>¥390<br>E:823kcal P:22.5g F:21.3g<br>C:129.8g Na(S):1619.0mg (4.1g)     | カツカレー<br>¥390<br>E:823kcal P:22.5g F:21.3g<br>C:129.8g Na(S):1619.0mg (4.1g)     | カツカレー<br>¥390<br>E:823kcal P:22.5g F:21.3g<br>C:129.8g Na(S):1619.0mg (4.1g)     | カツカレー<br>¥390<br>E:823kcal P:22.5g F:21.3g<br>C:129.8g Na(S):1619.0mg (4.1g)     | カツカレー<br>¥390<br>E:823kcal P:22.5g F:21.3g<br>C:129.8g Na(S):1619.0mg (4.1g)     |
| <br>お手軽サラダ    |                       | ツナサラダ<br>¥80<br>E:113kcal P:2.8g F:10.2g<br>C:2.7g Na(S):425.0mg (1.1g)          | マカロニサラダ<br>¥80<br>E:71kcal P:1.7g F:3.8g<br>C:7.7g Na(S):216.0mg (0.6g)          | ハムサラダ<br>¥80<br>E:72kcal P:2.9g F:5.7g<br>C:2.6g Na(S):146.0mg (0.4g)            | ポテトサラダ<br>¥80<br>E:53kcal P:1.4g F:2.6g<br>C:6.3g Na(S):146.0mg (0.4g)           | コーンサラダ<br>¥80<br>E:64kcal P:1.1g F:4.1g<br>C:6.2g Na(S):116.0mg (0.3g)           | ツナサラダ<br>¥80<br>E:113kcal P:2.8g F:10.2g<br>C:2.7g Na(S):425.0mg (1.1g)          |
| <br>弁当 320    |                       | 豚キムチ丼<br>¥320<br>E:588kcal P:18.7g F:11.5g<br>C:97.2g Na(S):41.0mg (0.1g)        | 回鍋肉丼<br>¥320<br>E:548kcal P:14.0g F:8.7g<br>C:98.6g Na(S):41.0mg (0.1g)          | 豚生姜焼き丼<br>¥320<br>E:663kcal P:19.9g F:15.5g<br>C:105.3g Na(S):100.6mg (2.5g)     |  |  |  |
| <br>弁当 400   |                       | 唐揚げ弁当<br>¥400<br>E:779kcal P:30.0g F:18.6g<br>C:115.1g Na(S):901.0mg (2.3g)      | 唐揚げ弁当<br>¥400<br>E:779kcal P:30.0g F:18.6g<br>C:115.1g Na(S):901.0mg (2.3g)      | 唐揚げ弁当<br>¥400<br>E:779kcal P:30.0g F:18.6g<br>C:115.1g Na(S):901.0mg (2.3g)      |  |  |  |
| <br>フライドポテト |                       | フライドポテト<br>¥100<br>E:207kcal P:3.0g F:9.2g<br>C:27.8g Na(S):74.0mg (0.2g)        | フライドポテト<br>¥100<br>E:207kcal P:3.0g F:9.2g<br>C:27.8g Na(S):74.0mg (0.2g)        | フライドポテト<br>¥100<br>E:207kcal P:3.0g F:9.2g<br>C:27.8g Na(S):74.0mg (0.2g)        |  |  |  |
| <br>温泉玉子    |                       | 温泉卵麺友<br>¥80<br>E:79kcal P:5.9g F:5.6g<br>C:0.1g Na(S):53.0mg (0.1g)             | 温泉卵麺友<br>¥80<br>E:79kcal P:5.9g F:5.6g<br>C:0.1g Na(S):53.0mg (0.1g)             | 温泉卵麺友<br>¥80<br>E:79kcal P:5.9g F:5.6g<br>C:0.1g Na(S):53.0mg (0.1g)             |  |  |  |
| <br>小鉢      |                       | 冷奴<br>¥50<br>E:47kcal P:3.8g F:2.3g<br>C:2.5g Na(S):19.0mg (0.0g)                | 冷奴<br>¥50<br>E:47kcal P:3.8g F:2.3g<br>C:2.5g Na(S):19.0mg (0.0g)                | 冷奴<br>¥50<br>E:47kcal P:3.8g F:2.3g<br>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。

|  | 2018/01/08 <b>Mon</b> | 2018/01/09 <b>Tue</b>   | 2018/01/10 <b>Wed</b>   | 2018/01/11 <b>Thu</b>   | 2018/01/12 <b>Fri</b> | 2018/01/13 <b>Sat</b> | 2018/01/14 <b>Sun</b> |
|--|-----------------------|---|---|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| <br>サイドディッシュ<br>きつね  |                       | キツネ<br>¥80<br>E:113kcal P:4.2g F:6.9g<br>C:8.7g Na(S):200.0mg (0.5g)      | キツネ<br>¥80<br>E:113kcal P:4.2g F:6.9g<br>C:8.7g Na(S):200.0mg (0.5g)      | キツネ<br>¥80<br>E:113kcal P:4.2g F:6.9g<br>C:8.7g Na(S):200.0mg (0.5g)      |                       |                       |                       |
| <br>テイクアウト<br>売店 バスタ |                       |   |   |   |                       |                       |                       |
| <br>サイドディッシュ<br>唐揚げ  |                       | 唐揚げ<br>¥50<br>E:168kcal P:5.9g F:14.3g<br>C:2.1g Na(S):637.0mg (1.6g)     | 唐揚げ<br>¥50<br>E:168kcal P:5.9g F:14.3g<br>C:2.1g Na(S):637.0mg (1.6g)     | 唐揚げ<br>¥50<br>E:168kcal P:5.9g F:14.3g<br>C:2.1g Na(S):637.0mg (1.6g)     |                       |                       |                       |
|  |                       |   |   |   |                       |                       |                       |
|  |                       | かき揚げ麺友<br>¥130<br>E:181kcal P:1.7g F:11.8g<br>C:16.7g Na(S):29.0mg (0.1g) | かき揚げ麺友<br>¥130<br>E:181kcal P:1.7g F:11.8g<br>C:16.7g Na(S):29.0mg (0.1g) | かき揚げ麺友<br>¥130<br>E:181kcal P:1.7g F:11.8g<br>C:16.7g Na(S):29.0mg (0.1g) |                       |                       |                       |
|  |                       | 塩焼きそば<br>¥180<br>E:274kcal P:9.8g F:5.7g<br>C:44.2g Na(S):603.0mg (1.5g)  | 焼きうどん<br>¥180<br>E:209kcal P:8.6g F:4.0g<br>C:33.1g Na(S):1238.0mg (3.1g) | 塩焼きうどん<br>¥180<br>E:227kcal P:8.0g F:4.9g<br>C:36.6g Na(S):820.0mg (2.1g) |                       |                       |                       |
|  |                       | コロッケ 野菜<br>¥100<br>E:116kcal P:3.2g F:1.9g<br>C:21.9g Na(S):0.0mg (0.5g)  | コロッケ カレー<br>¥100<br>E:120kcal P:3.0g F:2.3g<br>C:21.7g Na(S):0.0mg (0.8g) | コロッケ コーン<br>¥100<br>E:119kcal P:3.0g F:1.4g<br>C:23.9g Na(S):0.0mg (0.5g) |                       |                       |                       |
|  |                       | きな粉揚げパン<br>¥60<br>E:155kcal P:5.2g F:4.5g<br>C:23.8g Na(S):201.0mg (0.5g) | 揚げパン<br>¥60<br>E:141kcal P:4.1g F:3.7g<br>C:22.9g Na(S):201.0mg (0.5g)    | きな粉揚げパン<br>¥60<br>E:155kcal P:5.2g F:4.5g<br>C:23.8g Na(S):201.0mg (0.5g) |                       |                       |                       |
|  |                       | ちくわ磯部揚げ<br>¥80<br>E:48kcal P:3.5g F:0.6g<br>C:7.2g Na(S):218.0mg (0.6g)   | ちくわ磯部揚げ<br>¥80<br>E:48kcal P:3.5g F:0.6g<br>C:7.2g Na(S):218.0mg (0.6g)   | ちくわ磯部揚げ<br>¥80<br>E:48kcal P:3.5g F:0.6g<br>C:7.2g Na(S):218.0mg (0.6g)   |                       |                       |                       |

かきあげ

売店和麺

コロッケ

揚げパン

磯部揚げ

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。