

| | 2018/04/16 Mon | 2018/04/17 Tue | 2018/04/18 Wed | 2018/04/19 Thu | 2018/04/20 Fri | 2018/04/21 Sat | 2018/04/22 Sun |
|--|--|--|--|--|---|--|-----------------------|
|  MAIN 定食 | 塩麩のチキングリル ¥420 E:915kcal P:44.6g F:30.3g C:107.5g Na(S):1989.0mg (5.1g) | おろしカツ ¥420 E:744kcal P:24.3g F:14.3g C:124.6g Na(S):2019.0mg (5.1g) | チキン香草パン粉焼 トマトソース ¥420 E:963kcal P:45.9g F:33.0g C:111.5g Na(S):1329.0mg (3.5g) | 豚肉の唐揚 甘酢ソース ¥420 E:865kcal P:30.8g F:28.4g C:113.2g Na(S):1703.0mg (4.3g) | おろしハンバーグ ¥420 E:248kcal P:20.0g F:9.9g C:19.5g Na(S):1187.0mg (3.1g) | 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 | 鯖の味噌煮 ¥420 E:904kcal P:32.3g F:35.8g C:104.1g Na(S):1608.0mg (4.1g) | 白身魚の 野菜あんかけ ¥420 E:627kcal P:23.9g F:8.9g C:107.2g Na(S):1385.0mg (3.5g) | 揚げ出し豆腐 そばろあんかけ ¥420 E:903kcal P:31.9g F:29.2g C:120.2g Na(S):1956.0mg (4.9g) | 鶏肉と木耳の 黒胡椒炒め ¥420 E:722kcal P:23.9g F:15.3g C:117.3g Na(S):2037.0mg (5.2g) | 鱈の竜田揚げ おろしあんかけ ¥420 E:634kcal P:26.5g F:9.4g C:103.9g Na(S):1742.0mg (4.4g) | | |
|  BOWL 丼 | 煮かつ丼 ¥400 E:838kcal P:30.4g F:18.5g C:131.6g Na(S):2322.0mg (5.9g) | 角煮丼 ¥400 E:1018kcal P:29.1g F:45.2g C:112.8g Na(S):2857.0mg (7.2g) | マヨかつ丼 ¥400 E:779kcal P:23.3g F:20.7g C:119.9g Na(S):1527.0mg (3.9g) | 牛丼 ¥400 E:928kcal P:25.7g F:37.7g C:112.6g Na(S):2410.0mg (6.1g) | 照りマヨチキン丼 ¥400 E:813kcal P:30.9g F:26.4g C:106.0g Na(S):2320.0mg (5.9g) | | |
|  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) | 白湯ラーメン ¥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) | 煮干しラーメン ¥310 E:414kcal P:15.9g F:9.3g C:63.6g Na(S):2174.0mg (5.6g) | |
|  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) | やわらか♪プリンオレンジ ¥100 E:143kcal P:2.3g F:7.3g C:16.9g Na(S):147.0mg (0.4g) | りやわらか♪プリンチョコ ¥100 E:147kcal P:2.4g F:7.4g C:17.7g Na(S):149.0mg (0.4g) | | |
|  SPECIAL NOODLE スペシャル麺 | 豚肉キムチラーメン ¥390 E:437kcal P:18.8g F:8.7g C:67.7g Na(S):1956.0mg (5.0g) | 黒醤油ラーメン ¥390 E:412kcal P:17.6g F:6.4g C:67.8g Na(S):2820.0mg (7.2g) | 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) | 野菜白湯ラーメン ¥390 E:500kcal P:19.7g F:14.3g C:69.5g Na(S):2976.0mg (7.6g) | 卵とじラーメン ¥390 E:535kcal P:22.6g F:15.6g C:73.1g Na(S):3976.0mg (10.2g) | | |
|  CURRY カレーライス | ポークカレーライス ¥310 E:825kcal P:16.8g F:25.1g C:128.1g Na(S):2554.0mg (6.5g) | ポークカレーライス ¥310 E:825kcal P:16.8g F:25.1g C:128.1g Na(S):2554.0mg (6.5g) | ポークカレーライス ¥310 E:825kcal P:16.8g F:25.1g C:128.1g Na(S):2554.0mg (6.5g) | ポークカレーライス ¥310 E:825kcal P:16.8g F:25.1g C:128.1g Na(S):2554.0mg (6.5g) | ポークカレーライス ¥310 E:825kcal P:16.8g F:25.1g C:128.1g Na(S):2554.0mg (6.5g) | ポークカレーライス ¥310 E:825kcal P:16.8g F:25.1g C:128.1g Na(S):2554.0mg (6.5g) | |

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。

| | 2018/04/16 Mon | 2018/04/17 Tue | 2018/04/18 Wed | 2018/04/19 Thu | 2018/04/20 Fri | 2018/04/21 Sat | 2018/04/22 Sun |
|---|--|--|--|--|--|--|-----------------------|
|  スペシャルカレー | カツカレー ¥390 E:835kcal P:22.6g F:21.3g C:132.5g Na(S):1749.0mg (4.4g) | |
|  きつね | キツネ ¥80 E:113kcal P:4.2g F:6.9g C:8.7g Na(S):200.0mg (0.5g) | |
|  お手軽サラダ 80 | コーンサラダ ¥80 E:63kcal P:1.1g F:4.1g C:5.9g Na(S):116.0mg (0.3g) | ツナサラダ ¥80 E:111kcal P:2.8g F:10.2g C:2.3g Na(S):425.0mg (1.1g) | マカロニサラダ ¥80 E:70kcal P:1.7g F:3.8g C:7.3g Na(S):215.0mg (0.6g) | 春雨サラダ ¥80 E:64kcal P:1.9g F:0.9g C:12.6g Na(S):325.0mg (0.8g) | ハムサラダ ¥80 E:70kcal P:2.9g F:5.8g C:2.0g Na(S):146.0mg (0.4g) | コーンサラダ ¥80 E:63kcal P:1.1g F:4.1g C:5.9g Na(S):116.0mg (0.3g) | |
|  小鉢 50 | 冷奴 ¥50 E:47kcal P:3.8g F:2.3g C:2.5g Na(S):19.0mg (0.0g) | |
|  温玉 | 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) | |
|  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) | |
|  キャンパス弁当 | 豚ピリマヨ丼 ¥320 E:713kcal P:17.9g F:22.9g C:103.6g Na(S):414.0mg (1.0g) | 青椒肉絲 ¥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:581kcal P:12.7g F:12.5g C:100.1g Na(S):436.0mg (1.1g) | 回鍋肉丼 ¥320 E:546kcal P:14.0g F:8.7g C:98.0g Na(S):410.0mg (1.0g) | 豚マヨ丼 ¥320 E:709kcal P:17.8g F:22.9g C:102.7g Na(S):414.0mg (1.0g) | | |

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。

| | 2018/04/16 Mon | 2018/04/17 Tue | 2018/04/18 Wed | 2018/04/19 Thu | 2018/04/20 Fri | 2018/04/21 Sat | 2018/04/22 Sun |
|---|--|--|--|--|--|-----------------------|-----------------------|
|  お手軽弁当 | 唐揚げ弁当 ¥400 E:779kcal P:30.0g F:18.6g C:115.0g 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) | | |
|  アメリカンドック | 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) | | |
|  唐揚げ | 唐揚げ ¥50 E:207kcal P:6.7g F:14.4g C:10.1g Na(S):660.0mg (1.7g) | | |
|  プリン | キャラメルプリン ¥100 E:129kcal P:3.5g F:6.8g C:13.4g Na(S):73.0mg (0.2g) | | |
|  プリン | 杏仁豆腐 ¥100 E:141kcal P:3.2g F:6.3g C:17.8g Na(S):55.0mg (0.1g) | | |
|  コロッケ | コロッケ コーン ¥100 E:119kcal P:3.0g F:1.4g C:23.9g Na(S):0.0mg (0.5g) | コロッケ 野菜 ¥100 E:116kcal P:3.2g F:1.9g C:21.9g Na(S):0.0mg (0.5g) | コロッケ 牛肉 ¥100 E:137kcal P:3.6g F:3.3g C:22.7g Na(S):0.0mg (0.8g) | コロッケ カレー ¥100 E:120kcal P:3.0g F:2.3g C:21.7g Na(S):0.0mg (0.8g) | コロッケ コーン ¥100 E:119kcal P:3.0g F:1.4g C:23.9g Na(S):0.0mg (0.5g) | | |
|  ちくわ磯部揚げ | ちくわ磯部揚げ ¥80 E:51kcal P:4.1g F:0.7g C:8.0g Na(S):282.0mg (0.7g) | | |

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。

