


	2018/07/16 Mon	2018/07/17 Tue	2018/07/18 Wed	2018/07/19 Thu	2018/07/20 Fri	2018/07/21 Sat	2018/07/22 Sun
 定食	ヒレカツ定食 ¥420 E:725kcal P:24.9g F:13.1g C:121.9g Na(S):1546.0mg (3.9g)	鶏スタミナ焼き ¥420 E:933kcal P:44.3g F:33.2g C:105.3g Na(S):1725.0mg (4.5g)	焼肉定食 ¥420 E:744kcal P:26.5g F:15.7g C:119.1g Na(S):2374.0mg (6.0g)	鶏肉の竜田揚げ ¥420 E:1036kcal P:43.8g F:38.3g C:118.2g Na(S):1658.0mg (4.3g)	ポークソテー オニオンソース ¥420 E:777kcal P:30.8g F:21.2g C:108.5g Na(S):1665.0mg (4.2g)	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)	チキンソテー おろしソース ¥420 E:925kcal P:44.5g F:31.2g C:106.9g Na(S):1794.0mg (4.6g)
 定食	グリルチキンサラダ仕立て ¥420 E:801kcal P:28.0g F:28.2g C:102.3g Na(S):1646.0mg (4.2g)	ベーコントマト スパゲティ ¥420 E:571kcal P:18.6g F:14.1g C:89.8g Na(S):768.0mg (1.9g)	アジフライの ラタトゥイユソース ¥420 E:673kcal P:24.9g F:7.2g C:122.3g Na(S):1473.0mg (3.7g)	ツナと野菜の 冷製スパゲティ ¥420 E:620kcal P:23.8g F:13.3g C:98.7g Na(S):3182.0mg (8.1g)	アジの塩焼き ¥420 E:603kcal P:27.1g F:6.3g C:103.7g Na(S):2279.0mg (5.7g)		ハンバーグ トマトソース ¥420 E:730kcal P:29.8g F:12.7g C:119.9g Na(S):1722.0mg (4.4g)
 丼	海鮮中華丼 ¥400 E:602kcal P:24.1g F:7.7g C:104.0g Na(S):1842.0mg (4.6g)	生姜焼き丼 ¥400 E:777kcal P:28.1g F:24.1g C:105.1g Na(S):1254.0mg (3.1g)	天津丼 ¥400 E:628kcal P:16.0g F:12.8g C:107.8g Na(S):1631.0mg (4.1g)	オムハヤシ丼 ¥400 E:692kcal P:17.7g F:15.1g C:117.2g Na(S):2235.0mg (5.6g)	豚肉葱塩丼 ¥400 E:713kcal P:22.6g F:19.5g C:105.6g Na(S):1654.0mg (4.2g)		五目中華丼 ¥400 E:763kcal P:22.6g F:23.2g C:108.8g Na(S):2318.0mg (5.9g)
 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)	塩ラーメン ¥310 E:340kcal P:13.6g F:2.6g C:62.2g Na(S):545.0mg (1.4g)	塩ラーメン ¥310 E:340kcal P:13.6g F:2.6g C:62.2g Na(S):545.0mg (1.4g)
 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)	うどん・そば ¥250 E:290kcal P:9.4g F:1.1g C:58.8g Na(S):2480.0mg (6.3g)
 デザート	やわらかプリン ¥100 E:122kcal P:4.0g F:5.0g C:15.1g Na(S):77.0mg (0.2g)	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)	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)	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)		プリン ¥100 E:137kcal P:3.5g F:5.1g C:19.2g Na(S):69.0mg (0.2g)
 スペシャル麺	チャーシュー麺 ¥390 E:434kcal P:20.2g F:7.5g C:66.9g Na(S):2158.0mg (5.5g)	五目ラーメン ¥390 E:436kcal P:19.5g F:10.4g C:62.1g Na(S):2757.0mg (7.0g)	野菜ラーメン ¥390 E:505kcal P:21.1g F:13.2g C:72.3g Na(S):2117.0mg (5.4g)	チャーシュー麺白湯 ¥390 E:451kcal P:21.1g F:8.7g C:67.8g Na(S):2935.0mg (7.5g)	辛野菜炒めラーメン ¥390 E:491kcal P:19.8g F:14.2g C:67.7g Na(S):2755.0mg (7.0g)		
 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)	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。






	2018/07/16 Mon	2018/07/17 Tue	2018/07/18 Wed	2018/07/19 Thu	2018/07/20 Fri	2018/07/21 Sat	2018/07/22 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)	カツカレー ¥390 E:835kcal P:22.6g F:21.3g C:132.5g Na(S):1749.0mg (4.4g)	カツカレー ¥390 E:835kcal P:22.6g F:21.3g C:132.5g Na(S):1749.0mg (4.4g)	カツカレー ¥390 E:835kcal P:22.6g F:21.3g C:132.5g Na(S):1749.0mg (4.4g)	カツカレー ¥390 E:835kcal P:22.6g F:21.3g C:132.5g Na(S):1749.0mg (4.4g)	カツカレー ¥390 E:835kcal P:22.6g F:21.3g C:132.5g Na(S):1749.0mg (4.4g)	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)	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)	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)
 お手軽サラダ 80	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)	ツナサラダ ¥80 E:113kcal P:2.8g F:10.2g C:2.7g Na(S):425.0mg (1.1g)	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)	9種類の野菜サラダ ¥100 E:11kcal P:0.5g F:0.1g C:2.6g Na(S):2.0mg (0.0g)
 小鉢 50	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)	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)	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)	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)	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)
 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)	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)	かき揚げ ¥80 E:208kcal P:2.1g F:13.3g C:18.9g Na(S):27.0mg (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)	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)	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)
 お手軽弁当	唐揚げ弁当 ¥400 E:371kcal P:23.5g F:17.8g C:26.3g Na(S):886.0mg (2.3g)	Q_唐揚げ弁当 ¥400 E:371kcal P:23.5g F:17.8g C:26.3g Na(S):886.0mg (2.3g)	唐揚げ弁当 ¥400 E:371kcal P:23.5g F:17.8g C:26.3g Na(S):886.0mg (2.3g)	唐揚げ弁当 ¥400 E:371kcal P:23.5g F:17.8g C:26.3g Na(S):886.0mg (2.3g)	唐揚げ弁当 ¥400 E:371kcal P:23.5g F:17.8g C:26.3g Na(S):886.0mg (2.3g)	唐揚げ弁当 ¥400 E:371kcal P:23.5g F:17.8g C:26.3g Na(S):886.0mg (2.3g)	唐揚げ弁当 ¥400 E:371kcal P:23.5g F:17.8g C:26.3g Na(S):886.0mg (2.3g)

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。

	2018/07/16 Mon	2018/07/17 Tue	2018/07/18 Wed	2018/07/19 Thu	2018/07/20 Fri	2018/07/21 Sat	2018/07/22 Sun
 SNACK 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)	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)		
 SNACK 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)	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)	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)		
 SNACK 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)	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)		
 SNACK コロッケ	コロッケ カレー ¥100 E:126kcal P:2.9g F:3.1g C:21.1g Na(S):296.0mg (0.8g)	コロッケ 野菜 ¥100 E:118kcal P:2.7g F:2.2g C:21.8g Na(S):177.0mg (0.5g)	コロッケ 牛肉 ¥100 E:132kcal P:3.4g F:3.2g C:22.4g Na(S):266.0mg (0.7g)	コロッケ コーン ¥100 E:116kcal P:2.7g F:1.5g C:23.3g Na(S):148.0mg (0.4g)	コロッケ 牛肉 ¥100 E:132kcal P:3.4g F:3.2g C:22.4g Na(S):266.0mg (0.7g)		
 SIDE DISH 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)	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)	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)	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)	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)		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。