

# Weekly Menu

帝京科学大学（本館）

12月17日（月） 12月18日（火） 12月19日（水） 12月20日（木） 12月21日（金）

ランチ セット	イタリアンピザチキン	ささみチーズカツ	チキンクリームシチュー	デミタマハンバーグ	鯖の味噌煮
	En: 827 Pr: 42.1 S: 1.9	En: 647 Pr: 26.7 S: 1.9	En: 712 Pr: 13.2 S: 2.2	En: 727 Pr: 24.8 S: 3.1	En: 787 Pr: 29.0 S: 3.1

ボール& プレート	和風きのご雑炊	担々そばろ丼	タコライス	鶏肉の唐揚げ	焼肉ピラフ
	En: 640 Pr: 21.9 S: 3.9	En: 634 Pr: 25.0 S: 3.4	En: 650 Pr: 24.3 S: 4.1	En: 965 Pr: 8.0 S: 3.0	En: 767 Pr: 20.7 S: 2.7

イベント	肉うどん	釜玉風うどん	肉うどん	神田 日野屋カレー	関西白味噌豚汁うどん
	En: 606 Pr: 19.2 S: 4.8	En: 414 Pr: 16.0 S: 4.3	En: 606 Pr: 19.2 S: 4.8	En: 528 Pr: 9.3 S: 2.8	En: 568 Pr: 16.2 S: 5.5

小鉢	¥50 ブロッコリーの胡麻和え	¥50 オクラのあえ物	¥50 小松菜と油揚げの煮浸し	¥50 ビーフソテー	¥50 塩春雨サラダ
	En: 42 Pr: 2.1 S: 0.5	En: 13 Pr: 0.9 S: 0.2	En: 30 Pr: 1.8 S: 0.4	En: 53 Pr: 0.4 S: 0.3	En: 37 Pr: 0.6 S: 0.2
	¥50 南瓜の煮物	¥50 がんもの煮物	¥50 切干大根炒煮	¥50 ひじき五目煮	¥50 金平牛蒡
	En: 48 Pr: 0.7 S: 0.3	En: 60 Pr: 4.3 S: 0.5	En: 48 Pr: 1.4 S: 0.3	En: 39 Pr: 2.3 S: 0.6	En: 47 Pr: 0.8 S: 0.5

デザート					
	En: Pr: S:	En: Pr: S:	En: Pr: S:	En: Pr: S:	En: Pr: S:

サラダ	¥100 エッグサラダ	¥100 シーザーサラダ	¥100 ごぼうサラダ	¥100 カリフラワーのオーロラサラダ	¥100 スパゲティーサラダ
	En: 11 Pr: 0.5 S: 0.1	En: 59 Pr: 2.1 S: 0.8	En: 36 Pr: 1.5 S:	En: 67 Pr: 1.8 S: 0.3	En: 85 Pr: 2.0 S: 0.2

ラーメン	塩ラーメン	ワンタン麺	醤油ラーメン	とんこつラーメン	レッドカレーラーメン
	En: 396 Pr: 19.4 S: 5.4	En: 388 Pr: 17.2 S: 5.7	En: 366 Pr: 26.0 S: 5.8	En: 399 Pr: 20.3 S: 5.1	En: 509 Pr: 14.2 S: 5.0

和麺	●かけうどん ¥210	●かけそば ¥210	・山菜: ¥50	・かき揚げ: ¥100
	★日替り麺具★	★日替り麺具★	★日替り麺具★	★日替り麺具★

カレー	ポークカレー	ポークカレー	ポークカレー	ポークカレー	ポークカレー
	En: 617 Pr: 11.1 S: 4.0	En: 617 Pr: 11.1 S: 4.0	En: 617 Pr: 11.1 S: 4.0	En: 617 Pr: 11.1 S: 4.0	En: 617 Pr: 11.1 S: 4.0

トッピング	¥100 カツ	¥100 ハムカツ	¥100 カツ	¥100 ハムカツ	¥100 ハムカツ
	En: 185 Pr: 6.6 S: 0.7	En: 46 Pr: S:	En: 185 Pr: 6.6 S: 0.7	En: 46 Pr: S:	En: 46 Pr: S:
	¥50 ミートコロッケ	¥50 カレーコロッケ	¥50 野菜コロッケ	¥50 コーンコロッケ	¥50 ミートコロッケ
	En: 124 Pr: 2.4 S: 0.4	En: 119 Pr: 2.2 S: 0.4	En: 119 Pr: 2.2 S: 0.4	En: 120 Pr: 2.3 S: 0.4	En: 124 Pr: 2.4 S: 0.4

● En=エネルギー (kcal) , Pr=たんぱく質(g) , S=塩分(g)  
● この献立は予定献立です。仕入等の都合により変更となる場合があります。予めご了承下さい。