

	2019/12/16 Mon	2019/12/17 Tue	2019/12/18 Wed	2019/12/19 Thu	2019/12/20 Fri	2019/12/21 Sat	2019/12/22 Sun
	ヒレカツ ¥460 E:723kcal P:24.8g F:13.0g C:121.5g Na(S):1538.0mg (3.9g)	タンドリーチキン ¥460 E:945kcal P:44.2g F:31.4g C:112.1g Na(S):3296.0mg (8.5g)	ハンバーグ デミグラスソース ¥460 E:723kcal P:29.4g F:12.9g C:117.9g Na(S):2016.0mg (5.2g)		鶏肉の照り焼き ¥460 E:906kcal P:43.7g F:30.2g C:105.6g Na(S):1883.0mg (4.9g)	おまかせランチ ¥450 E:644kcal P:23.3g F:15.5g C:96.4g Na(S):1115.0mg (2.8g)	
	挽肉たっぷり ミートソースパスタ ¥430 E:626kcal P:27.5g F:14.7g C:90.4g Na(S):2058.0mg (5.2g)	豚バラのしゃぶしゃぶ ごまだれ ¥430 E:867kcal P:19.2g F:39.0g C:102.4g Na(S):1440.0mg (3.6g)	豚肉とキムチの炒め ¥430 E:719kcal P:21.9g F:15.7g C:118.2g Na(S):1875.0mg (4.7g)	酢豚定食 ¥430 E:792kcal P:20.1g F:19.8g C:129.1g Na(S):1925.0mg (4.9g)	もつ味噌煮 ¥430 E:736kcal P:25.1g F:16.1g C:117.3g Na(S):3175.0mg (8.1g)		
	照りマヨチキン丼 ¥410 E:855kcal P:31.8g F:26.5g C:115.3g Na(S):3096.0mg (7.9g)	焼肉チャーハン ¥410 E:716kcal P:20.5g F:19.1g C:109.5g Na(S):2295.0mg (5.8g)	唐揚げ丼 胡麻ドレかけ ¥410 E:957kcal P:31.1g F:34.8g C:119.6g Na(S):2100.0mg (5.4g)	鶏そばろ丼 ¥410 E:637kcal P:21.3g F:13.9g C:101.7g Na(S):1713.0mg (4.4g)	マヨかつ丼 ¥410 E:788kcal P:22.9g F:21.3g C:121.1g Na(S):1517.0mg (3.9g)		
	うどん・そば ¥260 E:282kcal P:8.3g F:1.0g C:57.8g Na(S):2352.0mg (6.0g)	うどん・そば ¥260 E:282kcal P:8.3g F:1.0g C:57.8g Na(S):2352.0mg (6.0g)	うどん・そば ¥260 E:282kcal P:8.3g F:1.0g C:57.8g Na(S):2352.0mg (6.0g)	うどん・そば ¥260 E:282kcal P:8.3g F:1.0g C:57.8g Na(S):2352.0mg (6.0g)	うどん・そば ¥260 E:282kcal P:8.3g F:1.0g C:57.8g Na(S):2352.0mg (6.0g)	うどん・そば ¥260 E:282kcal P:8.3g F:1.0g C:57.8g Na(S):2352.0mg (6.0g)	
	カレーうどん・そば ¥410 E:482kcal P:12.3g F:13.0g C:76.8g Na(S):3738.0mg (9.5g)	カレーうどん・そば ¥410 E:482kcal P:12.3g F:13.0g C:76.8g Na(S):3738.0mg (9.5g)	カレーうどん・そば ¥410 E:482kcal P:12.3g F:13.0g C:76.8g Na(S):3738.0mg (9.5g)	カレーうどん・そば ¥410 E:482kcal P:12.3g F:13.0g C:76.8g Na(S):3738.0mg (9.5g)	カレーうどん・そば ¥410 E:482kcal P:12.3g F:13.0g C:76.8g Na(S):3738.0mg (9.5g)	カレーうどん・そば ¥410 E:482kcal P:12.3g F:13.0g C:76.8g Na(S):3738.0mg (9.5g)	
	醤油ラーメン ¥340 E:549kcal P:19.2g F:16.3g C:76.4g Na(S):3743.0mg (9.5g)	塩ラーメン ¥340 E:529kcal P:18.4g F:16.0g C:73.0g Na(S):3696.0mg (9.4g)	煮干しラーメン ¥340 E:566kcal P:19.0g F:19.4g C:73.9g Na(S):2956.0mg (7.5g)	醤油ラーメン ¥340 E:549kcal P:19.2g F:16.3g C:76.4g Na(S):3743.0mg (9.5g)	味噌ラーメン ¥340 E:552kcal P:20.5g F:14.6g C:79.8g Na(S):3230.0mg (8.2g)	白湯ラーメン ¥340 E:529kcal P:17.9g F:15.8g C:73.5g Na(S):2736.0mg (7.0g)	
	自家製チャーシュー麺 ¥430 E:610kcal P:21.1g F:21.9g C:75.6g Na(S):3561.0mg (9.1g)	タンメン ¥430 E:457kcal P:19.4g F:12.7g C:62.6g Na(S):3343.0mg (8.5g)	煮干チャーシュー麺 ¥430 E:627kcal P:20.8g F:25.0g C:73.4g Na(S):2767.0mg (7.1g)	自家製チャーシュー麺 ¥430 E:610kcal P:21.1g F:21.9g C:75.6g Na(S):3561.0mg (9.1g)	味噌バターコーンラーメン ¥430 E:648kcal P:21.8g F:21.4g C:87.1g Na(S):3125.0mg (8.0g)	パイタンチャーシュー麺 ¥430 E:404kcal P:17.3g F:7.0g C:63.9g Na(S):1938.0mg (5.0g)	
				チキンフリッター クリームソースセット ¥600 E:1016kcal P:32.9g F:34.1g C:136.5g Na(S):1800.0mg (4.6g)			

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。

	2019/12/16 Mon	2019/12/17 Tue	2019/12/18 Wed	2019/12/19 Thu	2019/12/20 Fri	2019/12/21 Sat	2019/12/22 Sun
 カレーライス	ポークカレーライス ¥320 E:714kcal P:13.9g F:18.1g C:119.1g Na(S):1826.0mg (4.6g)						
 スペシャルカレー	カツカレー ¥400 E:757kcal P:20.4g F:15.6g C:129.1g Na(S):1529.0mg (3.9g)						
 お手軽サラダ 100	ポテトサラダ ¥110 E:58kcal P:1.1g F:3.0g C:7.3g Na(S):122.0mg (0.3g)	春雨サラダ ¥110 E:39kcal P:0.9g F:0.7g C:7.9g Na(S):261.0mg (0.7g)	マカロニサラダ ¥110 E:70kcal P:1.6g F:3.8g C:7.6g Na(S):215.0mg (0.6g)	スパゲティーサラダ ¥110 E:70kcal P:1.7g F:3.5g C:8.1g Na(S):203.0mg (0.5g)	カボチャサラダ ¥110 E:44kcal P:1.4g F:1.8g C:6.3g Na(S):54.0mg (0.1g)	ポテトサラダ ¥110 E:58kcal P:1.1g F:3.0g C:7.3g Na(S):122.0mg (0.3g)	

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。