





	2019/12/09 Mon	2019/12/10 Tue	2019/12/11 Wed	2019/12/12 Thu	2019/12/13 Fri	2019/12/14 Sat	2019/12/15 Sun
	煮込みハンバーグ 温玉添え ¥460 E:762kcal P:34.5g F:16.1g C:114.4g Na(S):1806.0mg (4.7g)	鶏肉の山賊焼き ¥460 E:964kcal P:44.0g F:34.9g C:109.3g Na(S):1816.0mg (4.7g)	手作りロースカツ定食 ¥460 E:911kcal P:34.6g F:33.8g C:109.0g Na(S):1268.0mg (3.2g)	豚焼肉定食 ¥460 E:815kcal P:26.2g F:23.6g C:118.9g Na(S):2014.0mg (5.1g)	チキン竜田 おろしぼん酢ソース ¥460 E:1089kcal P:44.0g F:40.2g C:127.0g Na(S):2047.0mg (5.3g)	おまかせランチ ¥460 E:644kcal P:23.3g F:15.5g C:96.4g Na(S):1115.0mg (2.8g)	¥1,300 E:1396kcal P:60.3g F:53.7g C:158.4g Na(S):4144.0mg (10.5g)
	サバの カレーマヨネーズ焼き ¥430 E:1010kcal P:31.3g F:50.4g C:99.0g Na(S):1528.0mg (3.9g)	肉野菜炒め ¥430 E:685kcal P:24.3g F:15.8g C:106.7g Na(S):1991.0mg (5.0g)	鯖のフリッター 麻婆あんかけ ¥430 E:880kcal P:27.9g F:31.2g C:114.6g Na(S):2165.0mg (5.5g)	秋刀魚竜田揚げ おろしポン酢ソース ¥430 E:786kcal P:21.8g F:25.8g C:112.1g Na(S):1913.0mg (4.9g)	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)		
	ピリ辛! 豚肉と竹の子炒め丼 ¥410 E:729kcal P:23.7g F:18.7g C:111.0g Na(S):1640.0mg (4.1g)	牛肉クッパ ¥410 E:697kcal P:17.5g F:22.6g C:99.4g Na(S):1469.0mg (3.7g)	焼肉丼温卵添え ¥410 E:764kcal P:25.8g F:20.9g C:111.8g Na(S):2186.0mg (5.5g)	照り焼きチキン丼 ¥410 E:763kcal P:31.1g F:18.9g C:110.2g Na(S):2494.0mg (6.4g)	煮かつ丼 ¥410 E:794kcal P:26.7g F:16.5g C:129.5g Na(S):2276.0mg (5.8g)		
	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:486kcal P:16.9g F:10.6g C:76.4g Na(S):3735.0mg (9.5g)	塩ラーメン ¥340 E:495kcal P:18.7g F:11.6g C:74.4g Na(S):3778.0mg (9.6g)	味噌ラーメン ¥340 E:489kcal P:18.2g F:8.9g C:79.7g Na(S):3222.0mg (8.2g)	白湯ラーメン ¥340 E:495kcal P:18.3g F:11.4g C:74.9g Na(S):2818.0mg (7.2g)	醤油ラーメン ¥340 E:486kcal P:16.9g F:10.6g C:76.4g Na(S):3735.0mg (9.5g)	塩ラーメン ¥340 E:349kcal P:12.6g F:4.6g C:61.3g Na(S):2825.0mg (7.2g)	
	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)	味噌バターコーンラーメン ¥430 E:585kcal P:19.5g F:15.7g C:87.1g Na(S):3117.0mg (7.9g)	豚肉角煮白湯ラーメン ¥430 E:584kcal P:20.3g F:26.7g C:59.7g Na(S):3401.0mg (8.6g)	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)	自家製 塩チャーシュー麺 ¥430 E:403kcal P:17.5g F:7.2g C:63.0g Na(S):2872.0mg (7.3g)	
		ゴーゴーカレー ¥550 E:610kcal P:11.4g F:14.7g C:103.8g Na(S):974.0mg (2.5g)		ゴーゴーカレー ¥550 E:610kcal P:11.4g F:14.7g C:103.8g Na(S):974.0mg (2.5g)			

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。

	2019/12/09 Mon	2019/12/10 Tue	2019/12/11 Wed	2019/12/12 Thu	2019/12/13 Fri	2019/12/14 Sat	2019/12/15 Sun
 イベント		ゴーゴー ロースカツカレー ¥650 E:807kcal P:18.8g F:25.3g C:121.2g Na(S):1257.0mg (3.2g)		ゴーゴー ロースカツカレー ¥650 E:807kcal P:18.8g F:25.3g C:121.2g Na(S):1257.0mg (3.2g)			
 カレーライス	ポークカレー ¥320 E:714kcal P:13.9g F:18.1g C:119.1g Na(S):1826.0mg (4.6g)	ポークカレー ¥320 E:714kcal P:13.9g F:18.1g C:119.1g Na(S):1826.0mg (4.6g)	ポークカレー ¥320 E:714kcal P:13.9g F:18.1g C:119.1g Na(S):1826.0mg (4.6g)		ポークカレー ¥320 E:714kcal P:13.9g F:18.1g C:119.1g Na(S):1826.0mg (4.6g)	ポークカレー ¥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)		カツカレー ¥400 E:757kcal P:20.4g F:15.6g C:129.1g Na(S):1529.0mg (3.9g)		カツカレー ¥400 E:757kcal P:20.4g F:15.6g C:129.1g Na(S):1529.0mg (3.9g)	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。