



	13日 (月)	14日 (火)	15日 (水)	16日 (木)	17日 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	チキンカツ エ 265 kcal / た 18.1 g / 脂 9.8 g 炭 25.8 g / 食塩 1.8 g	チキン南蛮 エ 293 kcal / た 26.8 g / 脂 18.3 g 炭 7.3 g / 食塩 1.2 g	海鮮チリマヨ エ 357 kcal / た 18.0 g / 脂 22.8 g 炭 20.6 g / 食塩 1.5 g	魚おろしポン酢かけ エ 182 kcal / た 15.1 g / 脂 7.1 g 炭 15.3 g / 食塩 1.9 g	豚肉の生姜焼 エ 297 kcal / た 17.4 g / 脂 19.7 g 炭 14.6 g / 食塩 1.5 g
H定食 〈ご飯・汁物付〉	イカと野菜のバター醤油炒め エ 172 kcal / た 15.2 g / 脂 5.3 g 炭 17.4 g / 食塩 2.0 g	魚の生姜煮 エ 148 kcal / た 16.6 g / 脂 3.6 g 炭 9.5 g / 食塩 2.1 g	揚げ鶏のおろしポン酢かけ エ 259 kcal / た 26.4 g / 脂 13.1 g 炭 10.5 g / 食塩 1.5 g	豚肉のピーナツ焼 エ 332 kcal / た 21.8 g / 脂 25.5 g 炭 5.2 g / 食塩 1.2 g	豚肉と野菜の オイスターソース炒め エ 199 kcal / た 17.2 g / 脂 10.3 g 炭 10.8 g / 食塩 1.8 g
日替わり丼 〈汁物付〉	ハヤシライス エ 871 kcal/食塩 3.5 g	唐揚げ丼 エ 895 kcal/食塩 2.7 g	ソースチキンカツ丼 エ 818 kcal/食塩 5.2 g	キムタクチャーハン エ 600 kcal/食塩 1.8 g	洋風そばろ丼 エ 716 kcal/食塩 1.7 g
日替わり麺	豚骨ラーメン エ 513 kcal/食塩 5.6 g	かうどん エ 427 kcal/食塩 3.2 g	担々麺 エ 642 kcal/食塩 6.1 g	ミートスパゲティ エ 542 kcal/食塩 1.6 g	カルボナーラうどん エ 545 kcal/食塩 5.5 g
 小鉢 	★お楽しみ小鉢★	ポテトのバター醤油炒め	★お楽しみ小鉢★	団子と野菜の煮物	★お楽しみ小鉢★
		豆腐とひき肉の包み揚げ		蓮根と枝豆のふっくら揚げ	
		ゆかり和え		ポテトサラダ	

ランチの**事前予約**
できます☆

〈予約方法〉

当日9:00~12:00までに食券を購入後、カウンターにて引き換え券をお渡し致します

カレー普通/大盛/ミニカレー(¥290/¥340/¥220) トッピング(¥80) 小鉢(¥80) ミニデザート(¥100)



★仕入の状況などによりメニューが変更になる場合があります。
ランチセット・ヘルシーランチのエネルギーは、主菜単品の表示になります。



	20日 (月)	21日 (火)	22日 (水)	23日 (木)	24日 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	魚の南蛮タルタル焼き エ 191 kcal / た 15.3 g / 脂 11.4 g 炭 7.3 g / 食塩 1.3 g	豚肉の韓国風天ぷら エ 369 kcal / た 17.8 g / 脂 27.7 g 炭 13.1 g / 食塩 1.2 g	和風ハンバーグ きのこあんかけ エ 175 kcal / た 10.6 g / 脂 7.2 g 炭 17.6 g / 食塩 1.6 g	油淋鶏 (鶏肉の唐揚げねぎソースかけ) エ 426 kcal / た 25.7 g / 脂 29.4 g 炭 15.6 g / 食塩 1.6 g	揚げ鶏のトマトソース エ 348 kcal / た 15.9 g / 脂 19.6 g 炭 27.8 g / 食塩 1.9 g
H定食 〈ご飯・汁物付〉	鶏肉のスタミナ炒め エ 401 kcal / た 27.4 g / 脂 26.6 g 炭 16.4 g / 食塩 1.6 g	麻婆豆腐 エ 274 kcal / た 14.3 g / 脂 17.6 g 炭 15.3 g / 食塩 2.0 g	白身魚のごまフライ エ 349 kcal / た 17.0 g / 脂 23.8 g 炭 18.1 g / 食塩 1.2 g	豚肉のバター ポン酢炒め エ 235 kcal / た 18.6 g / 脂 12.9 g 炭 13.6 g / 食塩 1.4 g	鶏肉の粒マスタード焼 エ 421 kcal / た 26.7 g / 脂 31.5 g 炭 9.7 g / 食塩 1.0 g
日替わり丼 〈汁物付〉	きんぴら温玉丼 エ 628 kcal/食塩 0.9 g	焼肉チャーハン エ 669 kcal/食塩 2.6 g	豚丼 エ 592 kcal/食塩 1.2 g	親子丼 エ 770 kcal/食塩 1.1 g	ドミカツ丼 エ 686 kcal/食塩 1.1 g
日替わり麺	ワンタン麺 エ 434 kcal/食塩 6.7 g	味噌ラーメン エ 443 kcal/食塩 6.6 g	鶏天うどん エ 602 kcal/食塩 6.1 g	肉うどん エ 490 kcal/食塩 3.9 g	明太子クリームスパゲティ エ 421 kcal/食塩 2.9 g
小鉢	★お楽しみ小鉢★	ほうれん草とツナのソテー ミニグラタン 和え物	★お楽しみ小鉢★	豚肉と筍の煮物 イカリングフライ フレンチサラダ	★お楽しみ小鉢★

ランチの**事前予約**
できます☆

〈予約方法〉

当日9:00～12:00までに食券を購入後、カウンターにて引き換え券をお渡し致します

カレー普通/大盛/ミニカレー(¥290/¥340/¥220) トッピング(¥80) 小鉢(¥80) ミニデザート(¥100)

★仕入の状況などによりメニューが変更になる場合があります。
ランチセット・ヘルシーランチのエネルギーは、主菜単品の表示になります。