



	2025/9/1 (月)	2025/9/2 (火)	2025/9/3 (水)	2025/9/4 (木)	2025/9/5 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	やみつき唐揚げ エ 446 kcal / た 26.0 g / 脂 30.4 g 炭 18.5 g / 食塩 2.8 g	デミグラスハンバーグ エ 252 kcal / た 12.2 g / 脂 14.6 g 炭 17.6 g / 食塩 1.8 g	ダッカルビ (鶏肉の韓国風味噌炒め) エ 421 kcal / た 27.1 g / 脂 30.8 g 炭 11.4 g / 食塩 0.9 g	トンカツ エ 446 kcal / た 26.6 g / 脂 29.5 g 炭 20.1 g / 食塩 2.0 g	白身魚のピザ焼 エ 192 kcal / た 17.8 g / 脂 7.9 g 炭 13.5 g / 食塩 1.6 g
H定食 〈ご飯・汁物付〉	から揚げ鶏の卵あんかけ に変更となりました。	ヘルシーの提供を お休みさせていただきます			
日替わり丼 〈汁物付〉	ハヤシライス エ 871 kcal / た 18.0 g / 脂 37.4 g 炭 119.8 g / 食塩 3.5 g	鶏そぼろのせとろろ丼 エ 527 kcal / た 15.6 g / 脂 4.0 g 炭 108.2 g / 食塩 1.7 g	焼きカレー エ 828 kcal / た 21.8 g / 脂 35.1 g 炭 106.2 g / 食塩 3.3 g	揚げ鶏の卵あんかけ丼 エ 741 kcal / た 26.9 g / 脂 19.9 g 炭 114.5 g / 食塩 1.7 g	ドミカツ丼 エ 654 kcal / た 18.0 g / 脂 15.2 g 炭 113.1 g / 食塩 1.1 g
日替わり麺	明太子クリームスパゲティ エ 451 kcal / た 16.0 g / 脂 8.7 g 炭 77.4 g / 食塩 2.9 g	太平燕 エ 302 kcal / た 11.0 g / 脂 6.5 g 炭 52.9 g / 食塩 3.7 g	醤油ラーメン エ 435 kcal / た 16.8 g / 脂 8.7 g 炭 72.4 g / 食塩 7.2 g	肉うどん エ 490 kcal / た 14.4 g / 脂 17.7 g 炭 70.4 g / 食塩 3.9 g	担々麺 エ 620 kcal / た 24.8 g / 脂 24.0 g 炭 74.6 g / 食塩 6.1 g
小鉢	 ★お楽しみ小鉢★ 	ピーマン肉詰めフライ 揚げ浸し	 ★お楽しみ小鉢★ 	ジャーマンポテト 切干大根サラダ	 ★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

★仕入れ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・ヘルシーランチの栄養価は主菜単品の表示になります。



	2025/9/8 (月)	2025/9/9 (火)	2025/9/10 (水)	2025/9/11 (木)	2025/9/12 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	スパイシーチキン エ 280 kcal / た 21.0 g / 脂 18.3 g 炭 9.1 g / 食塩 1.1 g	チキン南蛮 エ 457 kcal / た 15.6 g / 脂 32.7 g 炭 25.7 g / 食塩 2.7 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	鶏肉のピーナツ揚げ エ 625 kcal / た 29.1 g / 脂 45.4 g 炭 25.8 g / 食塩 1.9 g	トマトハンバーグ エ 298 kcal / た 16.1 g / 脂 17.9 g 炭 16.9 g / 食塩 1.9 g
H定食 〈ご飯・汁物付〉		ヘルシーの提供を お休みさせていただきます			
日替わり丼 〈汁物付〉	キムチマヨ豚丼 エ 649 kcal / た 20.5 g / 脂 18.0 g 炭 103.9 g / 食塩 1.5 g	味噌カツ丼 エ 822 kcal / た 22.3 g / 脂 23.8 g 炭 130.9 g / 食塩 2.5 g	マヨ豚丼 エ 824 kcal / た 31.4 g / 脂 28.7 g 炭 113.2 g / 食塩 1.8 g	お月見ハンバーグ并照焼ソース エ 783 kcal / た 27.6 g / 脂 22.0 g 炭 115.9 g / 食塩 2.9 g	麻婆丼 エ 704 kcal / た 25.2 g / 脂 19.2 g 炭 105.7 g / 食塩 2.7 g
日替わり麺	豚肉と白菜のあんかけうどん エ 372 kcal / た 13.8 g / 脂 5.6 g 炭 67.6 g / 食塩 4.9 g	きのこクリームスパゲティ エ 434 kcal / た 16.4 g / 脂 10.9 g 炭 68.8 g / 食塩 2.2 g	豚汁うどん エ 480 kcal / た 18.5 g / 脂 13.6 g 炭 73.0 g / 食塩 4.2 g	味噌ラーメン エ 444 kcal / た 18.1 g / 脂 5.9 g 炭 81.7 g / 食塩 6.7 g	ペペロンチーノ エ 385 kcal / た 14.2 g / 脂 8.3 g 炭 66.6 g / 食塩 4.2 g
小鉢  ★お楽しみ小鉢★ 		ビーフンソテー	 ★お楽しみ小鉢★ 		 ★お楽しみ小鉢★ 
		竜田揚げ		揚げ出し豆腐	
				おかか和え	

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

★仕入れ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・ヘルシーランチの栄養価は主菜単品の表示になります。



	2025/9/15 (月)	2025/9/16 (火)	2025/9/17 (水)	2025/9/18 (木)	2025/9/19 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	お休み	チキン明太マヨグリル エ 493 kcal / た 24.1 g / 脂 36.9 g 炭 17.8 g / 食塩 2.4 g	ヤンニョムチキン エ 506 kcal / た 24.1 g / 脂 27.5 g 炭 40.3 g / 食塩 2.2 g	油淋鶏 (鶏肉の唐揚げねぎソースかけ) エ 441 kcal / た 26.5 g / 脂 29.5 g 炭 19.1 g / 食塩 1.6 g	ニラだれ中華風揚げ鶏 エ 465 kcal / た 26.5 g / 脂 34.3 g 炭 14.8 g / 食塩 2.5 g
H定食 〈ご飯・汁物付〉		ヘルシーの提供を お休みさせていただきます			魚の塩焼 エ 354 kcal / た 19.8 g / 脂 30.6 g 炭 4.9 g / 食塩 1.7 g
日替わり丼 〈汁物付〉		ソースカツ丼 エ 781 kcal / た 19.7 g / 脂 21.9 g 炭 125.6 g / 食塩 2.3 g	魚の竜田丼 おろしだれ エ 619 kcal / た 22.4 g / 脂 9.4 g 炭 111.9 g / 食塩 2.0 g	ロコモコ丼 エ 634 kcal / た 20.5 g / 脂 13.2 g 炭 108.0 g / 食塩 2.2 g	豚塩丼 エ 611 kcal / た 18.3 g / 脂 14.6 g 炭 104.3 g / 食塩 0.9 g
日替わり麺		豚骨ラーメン エ 513 kcal / た 20.6 g / 脂 16.2 g 炭 71.5 g / 食塩 5.6 g	高菜スパゲティ エ 416 kcal / た 16.5 g / 脂 8.2 g 炭 70.1 g / 食塩 1.7 g	ちゃんぽんうどん エ 461 kcal / た 16.0 g / 脂 13.8 g 炭 69.3 g / 食塩 6.2 g	柚子胡椒香る鶏そば エ 371 kcal / た 18.4 g / 脂 1.9 g 炭 69.2 g / 食塩 6.2 g
小鉢	 ★			ビーフソテー	★ 
ランチの事前予約 できます☆ 		鶏の天ぷら	★お楽しみ小鉢★ 		★お楽しみ小鉢★ 
		ペンネのカレーマヨ和え		ひじきとさつま芋のサラダ 	

〈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

★仕入れ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・ヘルシーランチの栄養価は主菜単品の表示になります。



	2025/9/22 (月)	2025/9/23 (火)	2025/9/24 (水)	2025/9/25 (木)	2025/9/26 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	チーズハンバーグ エ 234 kcal / た 13.9 g / 脂 12.9 g 炭 16.0 g / 食塩 2.1 g	お休み	油淋鶏（鶏肉の唐揚げねぎソースかけ） エ 441 kcal / た 26.5 g / 脂 29.5 g 炭 19.1 g / 食塩 1.6 g	フライドチキン ハニーマスタードソース エ 382 kcal / た 23.5 g / 脂 26.0 g 炭 15.0 g / 食塩 1.7 g	チキンカツ エ 260 kcal / た 18.0 g / 脂 9.8 g 炭 24.8 g / 食塩 1.4 g
H定食 〈ご飯・汁物付〉	牛肉と厚揚げの旨煮 エ 300 kcal / た 10.1 g / 脂 20.4 g 炭 22.3 g / 食塩 1.4 g		豚肉となすの香味醤油炒め エ 310 kcal / た 18.5 g / 脂 21.6 g 炭 12.3 g / 食塩 1.3 g	魚の生姜煮 エ 130 kcal / た 15.3 g / 脂 1.1 g 炭 15.3 g / 食塩 2.6 g	野菜たっぷり豚キムチ エ 203 kcal / た 13.1 g / 脂 11.5 g 炭 14.3 g / 食塩 2.1 g
日替わり丼 〈汁物付〉	揚げ鶏の卵あんかけ丼 エ 741 kcal / た 26.9 g / 脂 19.9 g 炭 114.5 g / 食塩 1.7 g		ドミカツ丼 エ 654 kcal / た 18.0 g / 脂 15.2 g 炭 113.1 g / 食塩 1.1 g	麻婆丼 エ 704 kcal / た 25.2 g / 脂 19.2 g 炭 105.7 g / 食塩 2.7 g	洋風そぼろ丼 エ 747 kcal / た 22.7 g / 脂 25.7 g 炭 105.5 g / 食塩 1.9 g
日替わり麺	味噌ラーメン エ 444 kcal / た 18.1 g / 脂 5.9 g 炭 81.7 g / 食塩 6.7 g		蒸し鶏の柚子こしょうあんかけうどん エ 345 kcal / た 15.7 g / 脂 1.9 g 炭 67.6 g / 食塩 5.2 g	ミートスパゲティ エ 573 kcal / た 21.9 g / 脂 19.9 g 炭 76.1 g / 食塩 1.7 g	塩ちゃんこうどん エ 514 kcal / た 17.5 g / 脂 8.7 g 炭 91.7 g / 食塩 8.9 g
小鉢	 ★お楽しみ小鉢★ 		★お楽しみ小鉢★ 	ビーフソテー	★お楽しみ小鉢★ 
				いわしの磯部揚げ	
				ひじきとさつま芋のサラダ	

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

★仕入れ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・ヘルシーランチの栄養価は主菜単品の表示になります。



	2025/9/29 (月)	2025/9/30 (火)			
A定食 〈ご飯・汁物付〉	白身魚のごまフライ エ 350 kcal / た 17.0 g / 脂 23.8 g 炭 18.2 g / 食塩 1.2 g	油淋鶏 (鶏肉の唐揚げねぎソースかけ) エ 446 kcal / た 26.6 g / 脂 29.5 g 炭 20.1 g / 食塩 2.0 g			
H定食 〈ご飯・汁物付〉	豚肉の生姜味噌炒め エ 401 kcal / た 25.1 g / 脂 24.4 g 炭 22.8 g / 食塩 2.9 g	野菜たっぷり柳川風 エ 267 kcal / た 19.1 g / 脂 14.6 g 炭 16.3 g / 食塩 2.0 g			
日替わり丼 〈汁物付〉	焼きカレー エ 828 kcal / た 21.8 g / 脂 35.1 g 炭 106.2 g / 食塩 3.3 g	ハムカツハヤシ丼 エ 707 kcal / た 17.6 g / 脂 17.5 g 炭 119.3 g / 食塩 2.6 g			
日替わり麺	ふわとろ明太卵とじうどん エ 383 kcal / た 14.6 g / 脂 6.6 g 炭 66.0 g / 食塩 5.8 g	担々麺 エ 620 kcal / た 24.8 g / 脂 24.0 g 炭 74.6 g / 食塩 6.1 g			
小鉢 ★お楽しみ小鉢★ ランチの事前予約 できます☆ 	★	ちくわの炒め物			
		ゲソの唐揚げ			
		キムチ和え			

〈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

★仕入れ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・ヘルシーランチの栄養価は主菜単品の表示になります。