



	2025/7/28 (月)	2025/7/29 (火)	2025/7/30 (水)	2025/7/31 (木)	2025/8/1 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉					チキン南蛮 E 455 kcal / た 15.6 g / 脂 32.7 g 炭 25.1 g / 食塩 2.7 g
H定食 〈ご飯・汁物付〉					豚肉と野菜のオイスターソース炒め E 234 kcal / た 16.5 g / 脂 13.5 g 炭 14.0 g / 食塩 1.8 g
日替わり丼 〈汁物付〉					キムチマヨ豚丼 E 634 kcal / た 19.7 g / 脂 17.9 g 炭 100.4 g / 食塩 1.5 g
日替わり麺					カうどん E 428 kcal / た 8.9 g / 脂 3.5 g 炭 89.9 g / 食塩 3.2 g
小鉢	 ★お楽しみ小鉢★		 ★お楽しみ小鉢★		 ★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。



8月6日と8月7日のA定食が入れ替えとなりました。
 8月6日:チキン南蛮 8月7日:ハムカツ&コロッケ

	2025/8/4 (月)	2025/8/5 (火)	2025/8/6 (水)	2025/8/7 (木)	2025/8/8 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	メンチカツ エ 408 kcal / た 11.5 g / 脂 24.9 g 炭 34.2 g / 食塩 1.9 g	揚げ鶏の香味ぽん酢かけ エ 412 kcal / た 26.7 g / 脂 28.9 g 炭 13.3 g / 食塩 2.3 g	ハムカツ & コロッケ エ 293 kcal / た 11.0 g / 脂 11.1 g 炭 37.0 g / 食塩 2.8 g	チキン南蛮 エ 455 kcal / た 15.6 g / 脂 32.7 g 炭 25.1 g / 食塩 2.7 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
H定食 〈ご飯・汁物付〉	牛肉のしぐれ煮 エ 338 kcal / た 11.9 g / 脂 25.2 g 炭 20.4 g / 食塩 1.6 g	白身魚の彩りあんかけ エ 159 kcal / た 15.7 g / 脂 5.2 g 炭 13.9 g / 食塩 1.5 g	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〉	鶏天丼 エ 878 kcal / た 30.4 g / 脂 34.0 g 炭 114.0 g / 食塩 1.7 g	豚塩丼 エ 611 kcal / た 18.3 g / 脂 14.6 g 炭 104.3 g / 食塩 0.9 g	親子丼 エ 751 kcal / た 35.3 g / 脂 24.2 g 炭 100.1 g / 食塩 1.1 g	豚肉と野菜のチャプチェ丼 エ 570 kcal / た 15.7 g / 脂 7.4 g 炭 111.5 g / 食塩 0.7 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	醤油ラーメン エ 447 kcal / た 19.4 g / 脂 9.2 g 炭 71.9 g / 食塩 6.4 g	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	鶏天うどん エ 602 kcal / た 22.1 g / 脂 23.8 g 炭 75.7 g / 食塩 6.1 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	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
小鉢	★お楽しみ小鉢★	ちくわの炒め物	★お楽しみ小鉢★ 	揚げギョーザ	★お楽しみ小鉢★
ランチの事前予約 できます☆ 		ゲソの唐揚げ		ポテトサラダ	
		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。



	2025/8/11 (月)	2025/8/12 (火)	2025/8/13 (水)	2025/8/14 (木)	2025/8/15 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	お休み	お休み	お休み	お休み	お休み
H定食 〈ご飯・汁物付〉					
日替わり丼 〈汁物付〉					
日替わり麺					
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。



	2025/8/18 (月)	2025/8/19 (火)	2025/8/20 (水)	2025/8/21 (木)	2025/8/22 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	お休み	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	イタリアンチキン エ 283 kcal / た 27.8 g / 脂 13.8 g 炭 10.8 g / 食塩 0.2 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〉		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〉		照りマヨ豚丼 エ 625 kcal / た 17.5 g / 脂 18.4 g 炭 99.0 g / 食塩 1.1 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	キムチマヨ豚丼 エ 716 kcal / た 17.2 g / 脂 28.8 g 炭 100.4 g / 食塩 1.5 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
日替わり麺		太平燕 エ 303 kcal / た 11.0 g / 脂 6.5 g 炭 52.9 g / 食塩 3.7 g	肉もやしうどん エ 495 kcal / た 20.6 g / 脂 15.1 g 炭 70.4 g / 食塩 7.0 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	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	 ★	金平人参	★お楽しみ小鉢★ 		★お楽しみ小鉢★ 
ランチの事前予約 できます☆ 		鶏肉のミニ竜田揚げ		白身魚フライ	★お楽しみ小鉢★ 
				ごぼうサラダ	

〈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。



	2025/8/25 (月)	2025/8/26 (火)	2025/8/27 (水)	2025/8/28 (木)	2025/8/29 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	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	鶏の葱マヨネーズ焼 エ 459 kcal / た 22.1 g / 脂 37.1 g 炭 11.0 g / 食塩 1.9 g	白身魚のごまフライ エ 345 kcal / た 16.9 g / 脂 23.8 g 炭 17.2 g / 食塩 0.8 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	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〉	回鍋肉丼 エ 745 kcal / た 21.0 g / 脂 27.6 g 炭 105.2 g / 食塩 2.1 g	高菜チャーハン エ 590 kcal / た 15.2 g / 脂 15.4 g 炭 97.2 g / 食塩 2.1 g	鶏天丼 エ 878 kcal / た 30.4 g / 脂 34.0 g 炭 114.0 g / 食塩 1.7 g	豚マヨ丼 エ 824 kcal / た 31.4 g / 脂 28.7 g 炭 113.2 g / 食塩 1.8 g	焼肉豚丼 エ 795 kcal / た 19.1 g / 脂 35.2 g 炭 104.4 g / 食塩 0.8 g
日替わり麺	カうどん エ 428 kcal / た 8.9 g / 脂 3.5 g 炭 89.9 g / 食塩 3.2 g	ワンタン麺 エ 437 kcal / た 15.3 g / 脂 7.9 g 炭 76.1 g / 食塩 6.6 g	きのこクリームスパゲティ エ 463 kcal / た 17.5 g / 脂 11.1 g 炭 74.6 g / 食塩 2.2 g	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	ビックなかき揚げうどん エ 426 kcal / た 9.9 g / 脂 9.3 g 炭 76.2 g / 食塩 5.0 g
小鉢	 ★お楽しみ小鉢★	ベーコンと茄子のソテー	 ★お楽しみ小鉢★	いんげん肉巻フライ	 ★お楽しみ小鉢★
		春雨の酢の物		スパゲティサラダ	 ★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。