




					2026/5/1 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉					<p>やみつき唐揚げ</p> <p>エ 360 kcal / た 21.0 g / 脂 24.3 g 炭 15.8 g / 食塩 2.3 g</p>
H定食 〈ご飯・汁物付〉					<p>豚肉と根菜の煮物</p> <p>エ 254 kcal / た 17.9 g / 脂 12.4 g 炭 20.3 g / 食塩 1.5 g</p>
日替わり丼 〈汁物付〉					<p>焼きカレー</p> <p>エ 796 kcal / た 20.8 g / 脂 32.1 g 炭 106.2 g / 食塩 3.0 g</p>
日替わり麺					<p>ペペロンチーノ</p> <p>エ 385 kcal / た 14.2 g / 脂 8.3 g 炭 66.6 g / 食塩 4.2 g</p>
小鉢	<p>★お楽しみ小鉢★</p>		<p>★お楽しみ小鉢★</p>		<p>★お楽しみ小鉢★</p>


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。



	2026/5/4 (月)	2026/5/5 (火)	2026/5/6 (水)	2026/5/7 (木)	2026/5/8 (金)
<b>A定食</b> 〈ご飯・汁物付〉	お休み	お休み	お休み	油淋鶏 (鶏肉の唐揚げねぎソースかけ)  エ 355 kcal / た 21.3 g / 脂 23.6 g 炭 16.0 g / 食塩 1.2 g	トマトハンバーグ  エ 299 kcal / た 16.1 g / 脂 17.9 g 炭 17.2 g / 食塩 1.9 g
<b>H定食</b> 〈ご飯・汁物付〉				豚肉と野菜のオイスターソース炒め  エ 234 kcal / た 16.5 g / 脂 13.5 g 炭 14.0 g / 食塩 1.8 g	魚の塩焼  エ 354 kcal / た 19.8 g / 脂 30.6 g 炭 4.9 g / 食塩 1.7 g
<b>日替わり丼</b> 〈汁物付〉				豚マヨ丼  エ 775 kcal / た 26.0 g / 脂 27.6 g 炭 107.5 g / 食塩 1.8 g	洋風そばろ丼  エ 750 kcal / た 22.7 g / 脂 25.7 g 炭 105.9 g / 食塩 1.8 g
<b>日替わり麺</b>				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	カレーうどん  エ 559 kcal / た 19.1 g / 脂 19.9 g 炭 77.0 g / 食塩 5.3 g
<b>小鉢</b>	 ★		 	肉詰めいなりの煮物 いんげん肉巻フライ 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。



	2026/5/11 (月)	2026/5/12 (火)	2026/5/13 (水)	2026/5/14 (木)	2026/5/15 (金)
<b>A定食</b> 〈ご飯・汁物付〉	揚げ鶏の香味ぽん酢かけ エ 334 kcal / た 21.4 g / 脂 23.1 g 炭 11.5 g / 食塩 1.9 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	白身魚のコーンマヨネーズ焼 エ 306 kcal / た 15.8 g / 脂 22.4 g 炭 11.6 g / 食塩 1.1 g	トンカツ エ 345 kcal / た 13.0 g / 脂 20.8 g 炭 26.5 g / 食塩 1.6 g	鶏肉のごま天ぷら エ 350 kcal / た 22.0 g / 脂 24.3 g 炭 12.7 g / 食塩 1.3 g
<b>H定食</b> 〈ご飯・汁物付〉	豆腐ハンバーグきのこソース エ 220 kcal / た 10.0 g / 脂 8.0 g 炭 28.1 g / 食塩 2.7 g	魚の南蛮漬け エ 193 kcal / た 14.7 g / 脂 6.3 g 炭 18.7 g / 食塩 1.7 g	牛肉のしぐれ煮 エ 336 kcal / た 11.9 g / 脂 25.2 g 炭 19.9 g / 食塩 1.5 g	根菜のせハンバーグ エ 287 kcal / た 14.7 g / 脂 15.3 g 炭 21.4 g / 食塩 2.2 g	肉豆腐 エ 261 kcal / た 17.5 g / 脂 14.5 g 炭 18.2 g / 食塩 1.9 g
<b>日替わり丼</b> 〈汁物付〉	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	鶏天丼 エ 873 kcal / た 30.3 g / 脂 34.0 g 炭 113.0 g / 食塩 1.3 g	回鍋肉丼 エ 737 kcal / た 30.0 g / 脂 23.3 g 炭 103.2 g / 食塩 2.0 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	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
<b>日替わり麺</b>	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	肉うどん エ 489 kcal / た 14.4 g / 脂 17.7 g 炭 70.2 g / 食塩 3.9 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	太平燕 エ 304 kcal / た 11.0 g / 脂 6.5 g 炭 52.9 g / 食塩 3.7 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
<b>小鉢</b>	★お楽しみ小鉢★ 	ベーコンとほうれん草のバター炒め 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 春巻 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。



	2026/5/18 (月)	2026/5/19 (火)	2026/5/20 (水)	2026/5/21 (木)	2026/5/22 (金)
<b>A定食</b> 〈ご飯・汁物付〉	ハンバーグおろしソース エ 325 kcal / た 15.2 g / 脂 19.3 g 炭 21.7 g / 食塩 3.1 g	ミックスフライ エ 325 kcal / た 15.7 g / 脂 11.7 g 炭 39.9 g / 食塩 1.6 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	白身魚のピザ焼 エ 198 kcal / た 17.8 g / 脂 7.9 g 炭 14.6 g / 食塩 1.6 g	揚げ餃子のチリソース エ 289 kcal / た 8.3 g / 脂 15.2 g 炭 29.8 g / 食塩 2.9 g
<b>H定食</b> 〈ご飯・汁物付〉	魚の生姜煮 エ 127 kcal / た 15.3 g / 脂 1.1 g 炭 14.4 g / 食塩 2.4 g	チキンポトフ エ 266 kcal / た 28.5 g / 脂 7.5 g 炭 21.7 g / 食塩 2.4 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	鶏天の甘酢あんかけ エ 536 kcal / た 27.5 g / 脂 36.7 g 炭 24.9 g / 食塩 1.7 g	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
<b>日替わり丼</b> 〈汁物付〉	キムチマヨ豚丼 エ 660 kcal / た 21.0 g / 脂 18.1 g 炭 106.4 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 819 kcal / た 31.1 g / 脂 28.6 g 炭 111.9 g / 食塩 1.8 g	お月見ハンバーグ丼照焼ソース丼 エ 783 kcal / た 27.6 g / 脂 22.0 g 炭 115.9 g / 食塩 2.9 g	豚肉と野菜のチャプチェ丼 エ 574 kcal / た 14.9 g / 脂 8.4 g 炭 111.6 g / 食塩 0.7 g
<b>日替わり麺</b>	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	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	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	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	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
<b>小鉢</b>	★お楽しみ小鉢★ 	ビーフソテー 竜田揚げ ピリ辛和え	★お楽しみ小鉢★ 	筍の和風炒め 揚げ出し豆腐 おかか和え	★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。



	2026/5/25 (月)	2026/5/26 (火)	2026/5/27 (水)	2026/5/28 (木)	2026/5/29 (金)
<b>A定食</b> 〈ご飯・汁物付〉	油淋鶏 (鶏肉の唐揚げねぎソースかけ)  エ 353 kcal / た 21.3 g / 脂 23.6 g 炭 15.6 g / 食塩 1.3 g	ホイコーロー  エ 315 kcal / た 16.9 g / 脂 17.8 g 炭 23.2 g / 食塩 2.1 g	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	ニラだれ中華風揚げ鶏  エ 374 kcal / た 21.4 g / 脂 27.3 g 炭 12.6 g / 食塩 2.0 g	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
<b>H定食</b> 〈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	シチュー  エ 319 kcal / た 14.7 g / 脂 16.4 g 炭 31.1 g / 食塩 2.5 g	豚肉のキムチ炒め  エ 247 kcal / た 16.6 g / 脂 16.9 g 炭 9.6 g / 食塩 1.8 g	豚じゃが  エ 268 kcal / た 13.7 g / 脂 13.9 g 炭 24.6 g / 食塩 1.5 g	鶏肉の粒マスタード焼  エ 366 kcal / た 21.7 g / 脂 27.4 g 炭 9.6 g / 食塩 0.9 g
<b>日替わり丼</b> 〈汁物付〉	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	ロコモコ丼  エ 637 kcal / た 20.6 g / 脂 13.2 g 炭 108.6 g / 食塩 2.2 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	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	豚塩丼  エ 611 kcal / た 18.3 g / 脂 14.6 g 炭 104.3 g / 食塩 0.9 g
<b>日替わり麺</b>	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	塩ラーメン  エ 388 kcal / た 15.0 g / 脂 5.2 g 炭 70.2 g / 食塩 6.2 g	ミートスパゲティ  エ 582 kcal / た 22.0 g / 脂 20.0 g 炭 77.8 g / 食塩 1.6 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	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
<b>小鉢</b>	★お楽しみ小鉢★	豚肉のペッパーソテー 鶏の天ぷら	★お楽しみ小鉢★ 	ビーフソテー ピーマン肉詰めフライ	★お楽しみ小鉢★ 
		マカロニのカレーマヨ和え ※冷蔵管理			

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。