



	2026/8/3 (月)	2026/8/4 (火)	2026/8/5 (水)	2026/8/6 (木)	2026/8/7 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	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	やみつき唐揚げ エ 360 kcal / た 21.0 g / 脂 24.3 g 炭 15.8 g / 食塩 2.3 g	油淋鶏（鶏肉の唐揚げねぎソースかけ） エ 360 kcal / た 21.4 g / 脂 23.5 g 炭 17.0 g / 食塩 1.6 g	トマトハンバーグ エ 285 kcal / た 15.4 g / 脂 17.8 g 炭 14.0 g / 食塩 1.9 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
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	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	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	野菜たっぷり豚キムチ エ 205 kcal / た 13.3 g / 脂 11.6 g 炭 14.3 g / 食塩 2.1 g	魚の南蛮漬け エ 198 kcal / た 14.8 g / 脂 6.3 g 炭 19.7 g / 食塩 2.1 g
日替わり丼 〈汁物付〉	回鍋肉丼 エ 737 kcal / た 30.0 g / 脂 23.3 g 炭 103.2 g / 食塩 2.0 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	焼肉豚丼 エ 795 kcal / た 19.1 g / 脂 35.2 g 炭 104.4 g / 食塩 0.8 g	麻婆丼 エ 704 kcal / た 25.2 g / 脂 19.2 g 炭 105.6 g / 食塩 2.7 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
日替わり麺	野菜あんかけラーメン エ 500 kcal / た 21.4 g / 脂 14.3 g 炭 73.2 g / 食塩 6.7 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	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	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	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
小鉢	★お楽しみ小鉢★	ちくわの炒め物	★お楽しみ小鉢★	切干大根のサラダ	★お楽しみ小鉢★
		白身フライ		れんこんの磯辺揚げ	
		キムチ和え		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。



	2026/8/10 (月)	2026/8/11 (火)	2026/8/12 (水)	2026/8/13 (木)	2026/8/14 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	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〉	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				
日替わり丼 〈汁物付〉	焼きカレー エ 798 kcal / た 20.8 g / 脂 32.3 g 炭 106.2 g / 食塩 3.0 g				
日替わり麺	豚汁うどん エ 473 kcal / た 18.5 g / 脂 12.8 g 炭 73.1 g / 食塩 4.2 g				
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。



	2026/8/17 (月)	2026/8/18 (火)	2026/8/19 (水)	2026/8/20 (木)	2026/8/21 (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	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	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	油淋鶏（鶏肉の唐揚げねぎソースかけ） エ 358 kcal / た 21.4 g / 脂 23.5 g 炭 16.6 g / 食塩 1.7 g	トマトハンバーグ エ 285 kcal / た 15.4 g / 脂 17.8 g 炭 14.0 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〉	鶏天井 エ 873 kcal / た 30.3 g / 脂 34.0 g 炭 113.0 g / 食塩 1.3 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	親子丼 エ 751 kcal / た 35.3 g / 脂 24.2 g 炭 100.1 g / 食塩 1.1 g	豚塩丼 エ 611 kcal / た 18.3 g / 脂 14.6 g 炭 104.3 g / 食塩 0.9 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
日替わり麺	担々麺 エ 620 kcal / た 24.8 g / 脂 24.0 g 炭 74.6 g / 食塩 6.1 g	明太子クリームスパゲティ エ 447 kcal / た 16.0 g / 脂 8.3 g 炭 77.4 g / 食塩 2.9 g	焼うどん エ 467 kcal / た 13.9 g / 脂 16.2 g 炭 67.7 g / 食塩 2.9 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	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★	ちくわの炒め物	 	キャベツの味噌マヨ炒め	★お楽しみ小鉢★  
		スパゲティサラダ		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。



	2026/8/24 (月)	2026/8/25 (火)	2026/8/26 (水)	2026/8/27 (木)	2026/8/28 (金)
A定食 〈ご飯・汁物付〉	ダッカルビ（鶏肉の韓国風味噌炒め） エ 328 kcal / た 21.6 g / 脂 24.0 g 炭 8.5 g / 食塩 0.6 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	トンカツ エ 345 kcal / た 13.0 g / 脂 20.8 g 炭 26.5 g / 食塩 1.6 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	油淋鶏（鶏肉の唐揚げねぎソースかけ） エ 358 kcal / た 21.4 g / 脂 23.5 g 炭 16.6 g / 食塩 1.7 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〉	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	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	きんぴら温玉丼 エ 631 kcal / た 22.8 g / 脂 13.3 g 炭 106.3 g / 食塩 1.6 g	鶏マヨ丼 エ 728 kcal / た 34.0 g / 脂 18.2 g 炭 109.6 g / 食塩 1.8 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
日替わり麺	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	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	ミートスパゲティ エ 578 kcal / た 22.0 g / 脂 19.5 g 炭 77.8 g / 食塩 1.5 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	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
小鉢	 ★お楽しみ小鉢★	小松菜と卵のソテー	 ★お楽しみ小鉢★ 	ミニハムカツとじ	 ★お楽しみ小鉢★
		ピーマン肉詰めフライ		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

★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。



	2026/8/31 (月)				
A定食 〈ご飯・汁物付〉	イタリアンチキン ⚡ 283 kcal / た 27.8 g / 脂 13.8 g 炭 10.8 g / 食塩 0.2 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いています 				
日替わり丼 〈汁物付〉	魚の竜田丼 おろしだれ ⚡ 619 kcal / た 22.4 g / 脂 9.4 g 炭 111.9 g / 食塩 2.0 g				
日替わり麺	鶏天うどん ⚡ 602 kcal / た 22.1 g / 脂 23.8 g 炭 75.7 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☆

〈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。