



夏野菜の  
さっぱりグルメ フェア



プレミアム  
メニュー

700(税込)円

03  
FRI



ナスと香味野菜の  
油淋鶏

08  
WED



夏野菜  
わさびドレッシングの  
チキンサラダ

16  
THU



薬味たっぷり  
さっぱりカツ丼

28  
TUE



白身魚と夏野菜の  
甘酢あん

22  
WED



特別価格

うなぎ丼

1,000(税込)円



陶板メニュー 700(税込)円

02  
THU

陶 ねぎ塩だれチキン

09  
THU

陶 豆腐ステーキ肉味噌かけ

15  
WED

陶 ハンバーグジンジャーソース

20  
MON

陶 麻婆豆腐

29  
WED

陶 豚焼肉

## 食堂からのおしらせ

7/23 THU ~ 8/7 FRI

勝手ながら都合により、提供する定食数を減らします。  
恐れ入りますが、よろしくお願いいたします。

8/8 SAT ~ 9/2 WED 休業

9/3 THU 営業開始

9/3 THU ~ 9/9 WED

勝手ながら都合により、提供する定食数を減らします。  
恐れ入りますが、よろしくお願いいたします。

9/10 THU ~

通常営業

# Lunch Menu



# 7

# July

	MON	TUE	WED	THU	FRI
	<b>6/29</b>	<b>30</b>	<b>01</b>	<b>02</b>	<b>03</b>
AUTランチ	オムライス <small>エネルギー 598 kcal たんぱく質 16.3g 脂質 20.4g 炭水化物 89.2g 食塩相当量 3.5g</small>	ビビンバ <small>エネルギー 531 kcal たんぱく質 18.4g 脂質 14.1g 炭水化物 86.4g 食塩相当量 3.8g</small>	甘酢タルタル唐揚げ丼 <small>エネルギー 809 kcal たんぱく質 26.4g 脂質 37.8g 炭水化物 92.3g 食塩相当量 3.7g</small>	Wカツ(メンチ・とんかつ) <small>エネルギー 351 kcal たんぱく質 18.3g 脂質 14.4g 炭水化物 36.4g 食塩相当量 3.2g</small>	回鍋肉飯 <small>エネルギー 553 kcal たんぱく質 18.0g 脂質 26.2g 炭水化物 65.5g 食塩相当量 4.4g</small>
日替ランチ	豚肉のすき煮風 <small>エネルギー 286 kcal たんぱく質 14.0g 脂質 18.6g 炭水化物 18.3g 食塩相当量 2.9g</small>	いか天の薬味ソース <small>エネルギー 302 kcal たんぱく質 7.4g 脂質 18.2g 炭水化物 26.2g 食塩相当量 1.5g</small>	お好み焼き風オムレツ <small>エネルギー 278 kcal たんぱく質 13.2g 脂質 11.6g 炭水化物 31.4g 食塩相当量 2.3g</small>	<b>ねぎ塩だれチキン</b> <small>エネルギー 279 kcal たんぱく質 21.6g 脂質 19.3g 炭水化物 6.9g 食塩相当量 1.3g</small>	<b>ナスと香味野菜の油淋鶏</b> <small>エネルギー 320 kcal たんぱく質 14.1g 脂質 19.9g 炭水化物 21.1g 食塩相当量 1.8g</small>
日替カレー	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・チキン <small>エネルギー 278 kcal たんぱく質 10.1g 脂質 12.3g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・チキン <small>エネルギー 278 kcal たんぱく質 10.1g 脂質 12.3g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>
	<b>06</b>	<b>07</b>	<b>08</b>	<b>09</b>	<b>10</b>
AUTランチ	五目中華豆腐丼 <small>エネルギー 513 kcal たんぱく質 17.4g 脂質 13.0g 炭水化物 83.7g 食塩相当量 2.7g</small>	スタミナ丼 <small>エネルギー 569 kcal たんぱく質 15.2g 脂質 18.8g 炭水化物 87.8g 食塩相当量 3.5g</small>	豚と卵の他人丼 <small>エネルギー 619 kcal たんぱく質 20.9g 脂質 20.9g 炭水化物 89.4g 食塩相当量 4.2g</small>	照りマヨ唐揚げ丼 <small>エネルギー 795 kcal たんぱく質 27.6g 脂質 35.0g 炭水化物 93.9g 食塩相当量 4.8g</small>	信田丼 <small>エネルギー 511 kcal たんぱく質 17.5g 脂質 10.0g 炭水化物 89.5g 食塩相当量 4.2g</small>
日替ランチ	白身魚の天ぷら 照り焼きダレ <small>エネルギー 237 kcal たんぱく質 15.1g 脂質 8.3g 炭水化物 24.2g 食塩相当量 2.6g</small>	ハンバーグ 和風きのこソース <small>エネルギー 344 kcal たんぱく質 17.2g 脂質 14.5g 炭水化物 37.9g 食塩相当量 3.2g</small>	<b>夏野菜わさびドレッシングの チキンサラダ</b> <small>エネルギー 398 kcal たんぱく質 26.5g 脂質 30.1g 炭水化物 7.6g 食塩相当量 2.0g</small>	<b>豆腐ステーキ 肉味噌かけ</b> <small>エネルギー 375 kcal たんぱく質 23.3g 脂質 20.0g 炭水化物 29.0g 食塩相当量 2.7g</small>	チキンカツ <small>エネルギー 259 kcal たんぱく質 16.8g 脂質 8.0g 炭水化物 31.6g 食塩相当量 1.2g</small>
日替カレー	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・チキン <small>エネルギー 278 kcal たんぱく質 10.1g 脂質 12.3g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・チキン <small>エネルギー 278 kcal たんぱく質 10.1g 脂質 12.3g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>
	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>
AUTランチ	親子丼 <small>エネルギー 586 kcal たんぱく質 25.0g 脂質 15.1g 炭水化物 89.4g 食塩相当量 4.3g</small>	豚肉の生姜炒め丼 <small>エネルギー 713 kcal たんぱく質 21.0g 脂質 32.2g 炭水化物 88.1g 食塩相当量 3.7g</small>	肉ニラ玉丼 <small>エネルギー 492 kcal たんぱく質 19.4g 脂質 13.0g 炭水化物 76.1g 食塩相当量 3.2g</small>	鶏と野菜の塩だれ炒め <small>エネルギー 163 kcal たんぱく質 16.8g 脂質 4.8g 炭水化物 16.7g 食塩相当量 2.5g</small>	豚肉のニンニク中華炒め 丼 <small>エネルギー 597 kcal たんぱく質 16.4g 脂質 22.5g 炭水化物 83.6g 食塩相当量 3.0g</small>
日替ランチ	肉団子の黒酢あん <small>エネルギー 479 kcal たんぱく質 14.4g 脂質 27.4g 炭水化物 43.5g 食塩相当量 3.0g</small>	スタミナ豆腐 <small>エネルギー 416 kcal たんぱく質 23.8g 脂質 26.8g 炭水化物 20.5g 食塩相当量 4.2g</small>	<b>ハンバーグ ジンジャーソース</b> <small>エネルギー 371 kcal たんぱく質 17.6g 脂質 16.0g 炭水化物 39.2g 食塩相当量 4.2g</small>	<b>薬味たっぷり さっぱりカツ丼</b> <small>エネルギー 564 kcal たんぱく質 16.2g 脂質 12.4g 炭水化物 97.8g 食塩相当量 3.7g</small>	鶏の唐揚げ <small>エネルギー 453 kcal たんぱく質 24.9g 脂質 34.6g 炭水化物 11.9g 食塩相当量 1.3g</small>
日替カレー	オリジナルカレー・チキン <small>エネルギー 278 kcal たんぱく質 10.1g 脂質 12.3g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・チキン <small>エネルギー 278 kcal たんぱく質 10.1g 脂質 12.3g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・チキン <small>エネルギー 278 kcal たんぱく質 10.1g 脂質 12.3g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>
	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>
AUTランチ	エビフライの卵とじ丼 <small>エネルギー 515 kcal たんぱく質 19.7g 脂質 21.6g 炭水化物 60.1g 食塩相当量 4.3g</small>	鶏そぼろ丼 <small>エネルギー 631 kcal たんぱく質 27.8g 脂質 21.2g 炭水化物 83.5g 食塩相当量 3.7g</small>	豚小間スタミナ豆腐炒め <small>エネルギー 446 kcal たんぱく質 24.5g 脂質 25.6g 炭水化物 30.6g 食塩相当量 5.5g</small>	肉ニラ玉丼 <small>エネルギー 514 kcal たんぱく質 31.0g 脂質 23.8g 炭水化物 47.4g 食塩相当量 4.3g</small>	三種丼 <small>エネルギー 620 kcal たんぱく質 15.2g 脂質 21.1g 炭水化物 94.1g 食塩相当量 4.5g</small>
日替ランチ	<b>麻婆豆腐</b> <small>エネルギー 394 kcal たんぱく質 24.5g 脂質 24.0g 炭水化物 23.9g 食塩相当量 4.1g</small>	豚肉の野菜炒め <small>エネルギー 309 kcal たんぱく質 12.3g 脂質 23.4g 炭水化物 16.4g 食塩相当量 1.6g</small>	<b>うな丼</b> <small>特別価格 1,000円</small> <small>エネルギー 541 kcal たんぱく質 25.5g 脂質 20.0g 炭水化物 65.6g 食塩相当量 2.3g</small>	鶏の唐揚げ <small>エネルギー 453 kcal たんぱく質 24.9g 脂質 34.6g 炭水化物 11.9g 食塩相当量 1.3g</small>	揚げ出し豆腐 <small>エネルギー 327 kcal たんぱく質 11.2g 脂質 25.4g 炭水化物 15.6g 食塩相当量 0.8g</small>
日替カレー	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 625 kcal たんぱく質 16.9g 脂質 18.5g 炭水化物 103.0g 食塩相当量 3.5g</small>	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・チキン <small>エネルギー 278 kcal たんぱく質 10.1g 脂質 12.3g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>
	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b>
AUTランチ	どて丼 <small>エネルギー 513 kcal たんぱく質 19.4g 脂質 13.2g 炭水化物 77.2g 食塩相当量 8.2g</small>	ポークハヤシ <small>エネルギー 616 kcal たんぱく質 12.2g 脂質 23.6g 炭水化物 90.5g 食塩相当量 3.7g</small>	台湾風丼&わかめスープ <small>エネルギー 534 kcal たんぱく質 23.6g 脂質 17.2g 炭水化物 72.7g 食塩相当量 8.8g</small>	チリマヨ唐揚げ丼 <small>エネルギー 794 kcal たんぱく質 26.8g 脂質 37.9g 炭水化物 88.5g 食塩相当量 3.6g</small>	木の葉丼 <small>エネルギー 493 kcal たんぱく質 17.5g 脂質 6.9g 炭水化物 92.4g 食塩相当量 4.6g</small>
日替ランチ	ハンバーグ デミソース <small>エネルギー 346 kcal たんぱく質 16.7g 脂質 16.3g 炭水化物 34.2g 食塩相当量 2.4g</small>	<b>白身魚と夏野菜の 甘酢あん</b> <small>エネルギー 354 kcal たんぱく質 13.7g 脂質 16.2g 炭水化物 38.9g 食塩相当量 2.4g</small>	<b>豚焼肉</b> <small>エネルギー 396 kcal たんぱく質 14.0g 脂質 30.8g 炭水化物 19.5g 食塩相当量 2.1g</small>	豆腐ステーキ 和風あんかけ <small>エネルギー 251 kcal たんぱく質 17.2g 脂質 12.1g 炭水化物 22.1g 食塩相当量 1.6g</small>	豚肉とキャベツの 甘辛ニンニク <small>エネルギー 438 kcal たんぱく質 14.8g 脂質 25.4g 炭水化物 40.8g 食塩相当量 1.8g</small>
日替カレー	オリジナルカレー・チキン <small>エネルギー 278 kcal たんぱく質 10.1g 脂質 12.3g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・チキン <small>エネルギー 278 kcal たんぱく質 10.1g 脂質 12.3g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・ポーク <small>エネルギー 335 kcal たんぱく質 12.1g 脂質 17.7g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>	オリジナルカレー・チキン <small>エネルギー 278 kcal たんぱく質 10.1g 脂質 12.3g 炭水化物 36.1g 食塩相当量 3.6g</small>

※日替りランチの栄養価はメインのみの数値です。

毎日提供

鶏の唐揚げ定食

ご飯 (普通盛 200g)	エネルギー 286 kcal	たんぱく質 4.8g	脂質 0.7g	炭水化物 62.0g	食塩相当量 0g	味噌汁 (参考数値)	エネルギー 26 kcal	たんぱく質 2.1g	脂質 0.8g	炭水化物 2.4g	食塩相当量 1.3g
------------------	----------------	------------	---------	------------	----------	---------------	---------------	------------	---------	-----------	------------