



夏野菜の さっぱりグルメ フェア



プレミアムメニュー

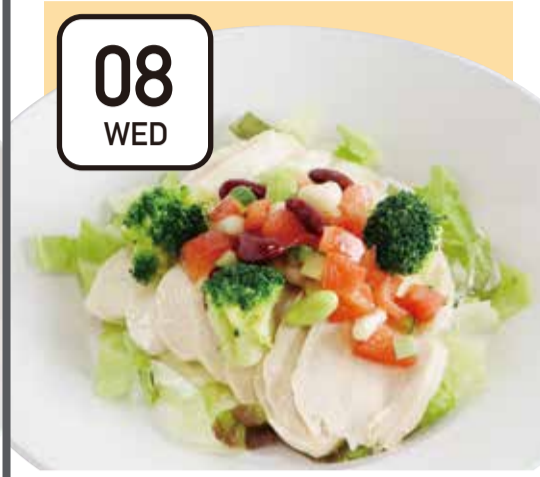
700円 (税込)

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

1,000円 (税込)

陶板メニュー 700円 (税込)

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

※日替りランチの栄養価はメインのみの数値です。

ご飯 (普通盛 200g)	エネルギー 286kcal	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 26kcal	たんぱく質 2.1g	脂質 0.8g	炭水化物 2.4g	食塩相当量 1.3g
---------------	---------------	------------	---------	------------	----------	------------	--------------	------------	---------	-----------	------------