



Weekly Menu 2018

	価格	6/4 (月)	6/5 (火)	6/6 (水)	6/7 (木)	6/8 (金)	6/9 (土)
Goodバランス セット	¥370	目玉ハンバーグ デミ&ホワイトソース ポテトサラダ	オムハヤシ ミニサラダ	 ゴロツと野菜の 肉味噌あんかけ しらすおろし	 メンカツ & 北海道帆立クリームコロッケ レンコン金平	野菜たっぷり回鍋肉 カニ焼売	 肉×肉 ハンバーグ シーザー風サラダ
		934kcal 食塩相当量 4.5g たんぱく質 35g 卵・乳・小麦	672kcal 食塩相当量 3.3g たんぱく質 16.5g 卵・乳・小麦	699kcal 食塩相当量 3.5g たんぱく質 23.4g 卵・小麦	937kcal 食塩相当量 4.4g たんぱく質 22.1g 乳・小麦・えび・かに	838kcal 食塩相当量 4.2g たんぱく質 29g 卵・小麦・えび・かに	819kcal 食塩相当量 3.9g たんぱく質 26.9g 卵・乳・小麦
野菜たっぷり Bowl	¥310			たっぷり玉ねぎの タルタルサラダ	彩り野菜と国産鶏の バジル炒め丼	きのこ長芋の ボン酢炒飯	野菜たっぷりみそマヨ 丼
				407kcal 食塩相当量 2.3g たんぱく質 14g 卵・乳・小麦	584kcal 食塩相当量 3.3g たんぱく質 22.9g 卵・小麦	567kcal 食塩相当量 3.1g たんぱく質 12.7g 卵・乳・小麦・かに	838kcal 食塩相当量 1.8g たんぱく質 20.6g 卵・小麦
麺単品	¥260	かき揚げ うどん・そば	こってりとんこつラーメン	海老玉塩ラーメン	カ(カラ)うどん・そば	富山 ブラックラーメン	冷やしねばとろうどん
		459kcal 食塩相当量 4.9g たんぱく質 11g 卵・乳・小麦・そば	462kcal 食塩相当量 5.8g たんぱく質 17.5g 卵・乳・小麦	555kcal 食塩相当量 7g たんぱく質 26.5g 卵・小麦・えび	546kcal 食塩相当量 5.1g たんぱく質 14.4g 卵・小麦・そば	452kcal 食塩相当量 6.2g たんぱく質 19.4g 卵・乳・小麦	527kcal 食塩相当量 6.7g たんぱく質 18.2g 卵・乳・小麦
		ミニサラダ 乳・小麦・小麦・そば	ミニサラダ 乳・小麦	ミニサラダ 乳・小麦	ミニサラダ 乳・小麦	ミニサラダ 乳・小麦	ミニサラダ 乳・小麦
健康プラスワン小鉢	¥60			切干大根の 煮付け 小麦	マンゴープリン 乳	海藻のみぞれ酢和え 小麦	きのこ小松菜 の 卵・小麦・落花生
ボリューム小鉢	¥110			白身フライ&特フライ 小麦	煮玉子とミートボール 卵・乳・小麦	野菜コロッケ 卵・乳・小麦	スパイシーポテト -
ミニ丼	¥180				ミニ彩り野菜と国産鶏の バジル炒め丼 卵・小麦	ミニきのこ長芋の ボン酢炒飯 卵・乳・小麦・かに	ミニ野菜たっぷり みそマヨ丼 卵・小麦
				ミニかき揚げ丼 小麦	ミニ旨煮丼 小麦・えび	ミニカツ丼 卵・乳・小麦	ミニカニ風味炒飯 卵・小麦・かに

※仕入の都合によりメニューが変更になる場合がございます。ご了承ください。

Goodバランスセット

主食・主菜・副菜が揃った、
バランスのとれた食事を食べましょ
う!

6/9 (土)
「肉×肉ハンバーグ」

食感の異なる肉の二重構造!
外はメッシュの豚肉でしっかりと、
中はダイスカット入りの牛肉がほぐれます

オリジナルのランチをつくろう!

¥270 ①ライス中+イカフライ+サラダ+味噌汁
②ミニ炒飯+サラダ+健康プラスワン小鉢+味噌汁

¥290 ミニ中華丼+健康プラスワン小鉢+味噌汁

栄養バランス満点で心も身体もGOOD!!