



# 4月 Weekly Menu 2018

	価格	4/16 (月)	4/17 (火)	4/18 (水)	4/19 (木)	4/20 (金)	4/21 (土)		
Goodバランス セット	¥370	鮭の明太マヨ焼き カボチャのそぼろあん	イカの衣揚げ 中華香味ソース (みかんゼリー付き) もやしと胡瓜のナムル	タラの唐揚げ 香味醤油がけ ひじきとえのきの酢の物	国産鶏ムネ肉のチキンカツ おろしポン酢 ホウレン草のゴマ和え	豚肉のピザ焼き 春雨とワカメのゴマサラダ	 トリUP香る 粗挽きミンチカツ 五目野菜のゴママヨ和え		
		984kcal 食塩相当量 3.9g タパ°ク質 34.5g 卵・小麦	843kcal 食塩相当量 5.7g タパ°ク質 27.1g 卵・乳・小麦	566kcal 食塩相当量 4g タパ°ク質 28.1g 小麦・えび	842kcal 食塩相当量 4.7g タパ°ク質 33g 卵・乳・小麦	906kcal 食塩相当量 3.4g タパ°ク質 34.6g 卵・乳・小麦	981kcal 食塩相当量 3.5g タパ°ク質 21.4g 卵・乳・小麦		
		スパイシー チキンカレー	唐揚げと彩り野菜の 十穀米丼		彩り野菜と国産鶏の バジル炒め丼	スパイシー ビーフカレー	ゴロゴロ野菜の麻婆 丼		
野菜たっぷり Bowl	¥310	787kcal 食塩相当量 3.1g タパ°ク質 20.9g 小麦	694kcal 食塩相当量 2.5g タパ°ク質 22.2g 乳・小麦		584kcal 食塩相当量 3.3g タパ°ク質 22.9g 卵・小麦	696kcal 食塩相当量 2.9g タパ°ク質 14.1g 小麦	663kcal 食塩相当量 3g タパ°ク質 16.6g 小麦		
		麺単品	¥260	広東麺	カレー南蛮 うどん・そば	1/2日分の 野菜のタンメン	きのこの玉子とし うどん・そば	富山 ブラックラーメン	味噌バターコーン ラーメン
				558kcal 食塩相当量 4.8g タパ°ク質 20.2g 卵・小麦	553kcal 食塩相当量 5.4g タパ°ク質 18.5g 卵・乳・小麦・そば	485kcal 食塩相当量 7g タパ°ク質 19g 卵・小麦	466kcal 食塩相当量 5.5g タパ°ク質 16.8g	451kcal 食塩相当量 6.1g タパ°ク質 19.7g 卵・乳・小麦	532kcal 食塩相当量 5.2g タパ°ク質 19g 卵・乳・小麦
ミニサラダ	¥50	ミニサラダ 卵・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		
健康プラスワン小鉢	¥60	冷奴梅風味 -	南瓜のさっぱり ジュレサラダ 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	春巻き 乳・小麦・えび	イカフライ 小麦		煮玉子とミートボール 卵・乳・小麦	野菜コロッケ 乳・小麦	スパイシーポテト -		
ミニ丼	¥180	ミニスパイシー チキンカレー 小麦	ミニ唐揚げと彩り野菜の 十穀米丼 乳・小麦		ミニ彩り野菜と鶏の バジル炒め丼 卵・小麦	ミニスパイシー ビーフカレー 小麦	ミニゴロゴロ野菜 の 小麦		
		ミニ麻婆丼 小麦	ミニチキンカツ南蛮丼 卵・乳・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！

**4/20 (金)**  
**「富山 ブラックラーメン」**



鶏ガラと魚介系のスープに濃口醤油と  
黒こしょうを加えた黒いスープが特徴の  
醤油ラーメンです！

**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！！