

2月 Weekly Menu 2018

	価格	2/12 (月)	2/13 (火)	2/14 (水)	2/15 (木)	2/16 (金)	2/17 (土)
Goodバランスセット	¥370	お休み	高校入試②	鮭のチーズ焼き	メンチカツ & 北海道帆立クリームコロッケ	豚肉の磯辺揚げ	鶏肉のバジルマヨネーズ焼き
野菜たっぷり Bowl	¥310			ホウレン草とコーンのソテー	インゲンのゴマ和え	コーンとレタスのサラダ	五目野菜の金平
麺単品	¥260			752kcal 食塩相当量 3.8g タバコ質 39.6g 乳・小麦	903kcal 塩分 3.7g タバコ質 24.2g 乳・小麦	880kcal 塩分 3.6g タバコ質 25.9g 卵・乳・小麦	841kcal 食塩相当量 3.1g タバコ質 29.7g 卵・小麦
ミニサラダ	¥50			たっぷり玉ねぎの タルタルサラダ	彩り野菜と国産鶏 バジル炒め丼	ゴロゴロ野菜の そばろ丼	ざっくりトマトの 卵とじ丼
健康プラスワン小鉢	¥60			402kcal 塩分 2.3g タバコ質 13.6g 卵・乳・小麦	607kcal 塩分 3.3g タバコ質 22g 卵・小麦	593kcal 塩分 2.1g タバコ質 16.7g 小麦	590kcal 塩分 3.6g タバコ質 22.4g 卵・小麦
ボリューム小鉢	¥110			揚げワンタン塩ラーメン	ワカメたっぷり うどん・そば	もりもり野菜の 醤油タンメン	いろいろ野菜の 担々麺
ミニ丼	¥180			449kcal 塩分 6.2g タバコ質 15.2g 卵・小麦	382kcal 塩分 5.4g タバコ質 11.8g 卵・小麦・そば	549kcal 塩分 7.6g タバコ質 22.6g 卵・小麦	839kcal 塩分 7g タバコ質 23.6g 卵・小麦・落花生
		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		
		モロヘイヤのお浸し 小麦	やわらか杏仁豆腐 乳	ひじきと野菜の梅和え 小麦	切干天根の甘酢和え 小麦		
		白身フライ & 根野菜フライ 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 -		
			ミニ彩り野菜と国産鶏のバジル炒め丼 卵・小麦	ミニゴロゴロ野菜のそばろ丼 小麦	ミニざっくりトマトの卵とじ丼 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	ミニかき揚げ丼 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！

2/16(金) 2/17(土) 野菜をたっぷりおいしく食べよう！ 半日分の野菜が摂れるラーメン



ラーメンを食べたいけど野菜も食べたい！
そんな願いを叶えるラーメンです

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！！

Green House