



# Weekly Menu 2018 4月

	価格	4/9 (月)	4/10 (火)	4/11 (水)	4/12 (木)	4/13 (金)	4/14 (土)
Goodバランス セット	¥370	鶏肉の唐揚げ	鯖(サワラ)の 西京焼き	豆腐ハンバーグ おろしソース	 九州黒豚メンチカツ & 北海道南瓜コロッケ	カレイの唐揚 野菜甘酢あん	どでかいアジフライ
		もやしのナムル	ひじきとひき肉のみそ炒め	里芋とちりめんの炒り煮	マカロニとツナのサラダ	南瓜の煮物	モロヘイヤのお浸し
		707kcal 食塩相当量 4.1g タンパク質 23.6g 卵・小麦	713kcal 食塩相当量 4.2g タンパク質 37.9g 卵・乳・小麦	650kcal 食塩相当量 4.8g タンパク質 24.1g 卵・乳・小麦	949kcal 食塩相当量 3.6g タンパク質 23.3g 卵・乳・小麦	764kcal 食塩相当量 4.8g タンパク質 29.7g 乳・小麦	1104kcal 食塩相当量 4g タンパク質 34.6g 卵・小麦
野菜たっぷり Bowl	¥310		スパイシー ビーフカレー	スパイシー チキンカレー	国産豚肉と茄子の みそ炒め丼	鶏五目丼	スパイシー ポークカレー
			696kcal 食塩相当量 2.9g タンパク質 14.1g 小麦	787kcal 食塩相当量 3.1g タンパク質 20.9g 小麦	807kcal 食塩相当量 2.2g タンパク質 25.4g 卵・小麦	715kcal 食塩相当量 3.2g タンパク質 18.8g 小麦	867kcal 食塩相当量 3.5g タンパク質 19.1g 小麦
麺単品	¥260	かき揚げうどん・そば		唐揚げ醤油ラーメン	きつねたぬき うどん・そば	たっぷり玉子 あんかけラーメン 	味噌バター コーンラーメン
		482kcal 食塩相当量 5g タンパク質 11.1g 卵・小麦・そば		524kcal 食塩相当量 5.7g タンパク質 20.6g 卵・小麦	466kcal 食塩相当量 5.5g タンパク質 14g 卵・乳・小麦・そば	698kcal 食塩相当量 7.4g タンパク質 28.8g 卵・乳・小麦・えび	532kcal 食塩相当量 5.2g タンパク質 19g 卵・乳・小麦
ミニサラダ	¥50			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			ゴボウとレタスの 甘味噌和え 小麦	杏仁豆腐 ストロベリーソース 乳	しらすおろし	キャベツのゴマ酢和 え
ボリューム小鉢	¥110			白身フライ&ポテトフライ 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	ミニ国産豚肉と茄子の みそ炒め丼 卵・小麦	ミニ鶏五目丼 小麦	ミニスパイシー ポークカレー 小麦
				ミニかき揚げ丼 小麦	ミニ煮丼 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！

## 4/14 (金)

### 「たっぷり玉子あんかけラーメン」



名古屋発、塩スープあんに溶き卵  
をたっぷりとかき、さらに炒り卵をトッ  
ピングした“たまごたっぷり”のラーメン

## 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！！