



Weekly Menu 2019

エビのペンネグラタン 令和元年
限定17食!!



価格	11/25 (月)	11/26 (火)	11/27 (水)	11/28 (木)	11/29 (金)	11/30 (土)
Goodバランス セット 380円	手作りチキンカツ 冷奴 	サワラの西京焼 ひじきの煮付け	カツ丼 切干と杓苳のお浸し	細切鶏肉と野菜の炒め モヤシのナムル 	410円 ボルチーニメンチカツ マカロニとツナのサラダ	410円 ねぎとろ丼 オクラともやしのお浸し
	1074kcal 食塩相当量5.4g タパク質 37.1g 卵・小麦・乳	680kcal 食塩相当量 3.8g タパク質 32.5g 卵・乳・小麦	807kcal 食塩相当量 5.5g タパク質 28.8g 卵・乳・小麦	799kcal 食塩相当量 5.4g タパク質 29.1g 卵・小麦	942kcal 食塩相当量3.6g タパク質 26.3g 卵・乳・小麦	621kcal 食塩相当量 3.9g タパク質 23.9g 小麦
野菜たっぷり Bowl 320円	スパイシーポークカレー	ハヤシライス	スパイシービーフカレー	彩野菜と揚げ豆腐 甘だれ丼	スパイシー チキンカレー	鶏唐揚げのみぞれ丼
	867kcal 食塩相当量 3.5g タパク質 19.1g 小麦	768kcal 食塩相当量 2.1g タパク質 18.6g 乳・小麦	754kcal 食塩相当量2.9g タパク質 16.4g 小麦	709kcal 食塩相当量 2.4g タパク質 21.9g 卵・小麦	822kcal 食塩相当量 3.2g タパク質 25.5g 小麦	761kcal 食塩相当量 1.2g タパク質 27.5g 小麦
麺単品 270円	きつねたぬきうどん・そば	醤油ラーメン	かき揚げうどん・そば	台湾まぜそば (温玉入り) 	390円 かき玉うどん・そば	辛味とんこつラーメン
	445kcal 食塩相当量 6g タパク質 15.4g 卵・乳・小麦・そば	424kcal 食塩相当量 5.5g タパク質 18.5g 卵・小麦	464kcal 食塩相当量 5.5g タパク質 11.1g 卵・小麦・そば	589kcal 食塩相当量 4.7g タパク質 24.7g 卵・乳・小麦	496kcal 食塩相当量 5.7g タパク質 21.9g 卵・小麦・そば	413kcal 食塩相当量 5.4g タパク質 16.7g 乳・小麦
ミニサラダ 60円	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	ミニサラダ 乳・小麦
健康プラスワン小鉢 70円	ひじき煮 小麦	オクラのお浸し 小麦	しらすおろし -	マンゴープリン 乳	ゴボウとレタスの 甘味噌和え 小麦	切干大根の 煮付け 小麦
ボリューム小鉢 120円	春巻き 乳・小麦・えび	イカフライ 小麦	野菜コロッケ 小麦	煮玉子とミートボール 卵・乳・小麦	白身フライ&ポテトフライ 小麦	スパイシーポテト -
ミニチャーハン 120円	ミニチャーハン 卵・乳・小麦	ミニチャーハン 卵・乳・小麦	ミニチャーハン 卵・乳・小麦	ミニチャーハン 卵・乳・小麦	ミニチャーハン 卵・乳・小麦	ミニチャーハン 卵・乳・小麦
ミニ丼 190円	ミニスパイシー ポークカレー 小麦	ミニハヤシライス 乳・小麦	ミニビーフカレー 小麦	ミニ彩野菜と揚げ豆腐 甘だれ丼 卵・小麦	ミニスパイシー チキンカレー 小麦	ミニ鶏唐揚げの みぞれ丼 小麦
	ミニココモコ丼 卵・乳・小麦	ミニ麻婆丼 小麦	ミニカツ丼 卵・乳・小麦	ミニチキンカツ南蛮丼 小麦・えび	ミニチキンカツ南蛮丼 卵・乳・小麦	ミニドライカレー 卵・小麦
売店丼ぶり(重) 340円	カツ丼 卵・乳・小麦	麻婆豆腐丼 小麦	ネギ塩豚丼 小麦	チキンカツ南蛮重 卵・乳・小麦	特製のり弁当 卵・乳・小麦	ビビンバ 小麦

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!

台湾まぜそば好評につき価格そのまま!!

11/29 (金)

17食限定!!



★エビのペンネグラタンセット★

グラタン・パン・サラダ・スープ 500円

オリジナルのランチをつくらう!

¥310 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

¥320 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!!

※仕入の卸元によりメーカーが変更になる場合がございます。ご了承ください。



)