

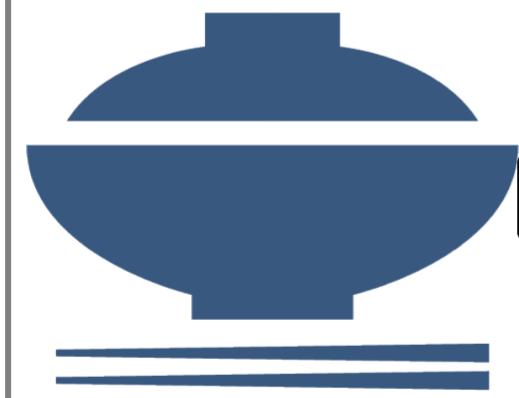
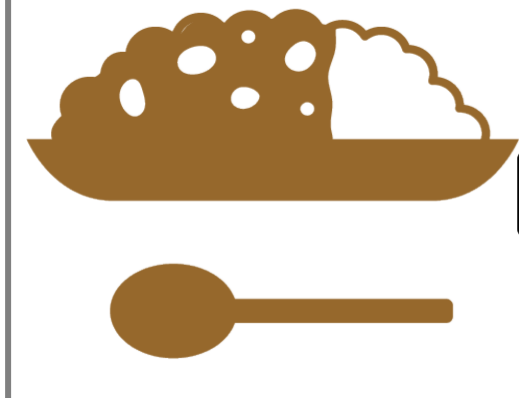


# WEEKLY MENU

	MON 3月8日	TUE 3月9日	WED 3月10日	THU 3月11日	FRI 3月12日
 <p>A定食 Main A</p>	<p>和風ハンバーグ目玉 焼添え</p> <p>¥450</p> <p>エネルギー 269kcal たんぱく質 17.5g 炭水化物 15.8g 鉄 1.7mg 食物繊維総量 1.9g 食塩相当量 2.3g</p>	<p>マスタードチキン</p> <p>¥450</p> <p>エネルギー 416kcal たんぱく質 29.8g 炭水化物 9.9g 鉄 1.1mg 食物繊維総量 1.7g 食塩相当量 0.9g</p>	<p>フカカツごま味噌だ れ</p> <p>¥450</p> <p>エネルギー 388kcal たんぱく質 18.7g 炭水化物 41.1g 鉄 0.7mg 食物繊維総量 1.3g 食塩相当量 1.9g</p>	<p>プルコギ</p> <p>¥450</p> <p>エネルギー 242kcal たんぱく質 16.0g 炭水化物 10.3g 鉄 0.6mg 食物繊維総量 1.0g 食塩相当量 1.0g</p>	
 <p>B定食 Main B</p>	<p>いわしの蒲焼き</p> <p>¥480</p> <p>エネルギー 325kcal たんぱく質 16.2g 炭水化物 24.5g 鉄 2.1mg 食物繊維総量 1.2g 食塩相当量 2.8g</p>	<p>ブリフライ</p> <p>¥480</p> <p>エネルギー 343kcal たんぱく質 14.8g 炭水化物 23.2g 鉄 0.4mg 食物繊維総量 0.7g 食塩相当量 1.3g</p>	<p>鶏肉の塩麹炒め</p> <p>¥480</p> <p>エネルギー 214kcal たんぱく質 14.3g 炭水化物 7.6g 鉄 0.6mg 食物繊維総量 1.4g 食塩相当量 1.5g</p>	<p>ロールキャベツシ チュー</p> <p>¥480</p> <p>エネルギー 248kcal たんぱく質 10.1g 炭水化物 31.3g 鉄 0.8mg 食物繊維総量 3.9g 食塩相当量 2.8g</p>	
 <p>日替丼ぶり Bowl</p>	<p>豚キムチ丼</p> <p>¥480</p> <p>エネルギー 605kcal たんぱく質 21.7g 炭水化物 91.9g 鉄 1.6mg 食物繊維総量 2.4g 食塩相当量 3.0g</p>	<p>回鍋肉丼</p> <p>¥480</p> <p>エネルギー 695kcal たんぱく質 20.3g 炭水化物 113.1g 鉄 1.9mg 食物繊維総量 3.3g 食塩相当量 2.1g</p>	<p>チーズ牛丼</p> <p>¥480</p> <p>エネルギー 798kcal たんぱく質 24.1g 炭水化物 93.7g 鉄 2.2mg 食物繊維総量 1.4g 食塩相当量 4.0g</p>	<p>天津丼</p> <p>¥480</p> <p>エネルギー 643kcal たんぱく質 12.1g 炭水化物 86.8g 鉄 1.6mg 食物繊維総量 0.8g 食塩相当量 2.9g</p>	
 <p>日替カレー Curry</p>	<p>チキンカツカレー</p> <p>¥480</p> <p>エネルギー 717kcal たんぱく質 21.8g 炭水化物 106.8g 鉄 1.5mg 食物繊維総量 2.0g 食塩相当量 4.0g</p>	<p>唐揚げカレー</p> <p>¥480</p> <p>エネルギー 755kcal たんぱく質 19.2g 炭水化物 102.7g 鉄 1.6mg 食物繊維総量 1.7g 食塩相当量 4.7g</p>	<p>クリームコロッケカ レー</p> <p>¥480</p> <p>エネルギー 743kcal たんぱく質 13.7g 炭水化物 112.4g 鉄 1.4mg 食物繊維総量 2.2g 食塩相当量 4.7g</p>	<p>ハンバーグカレー</p> <p>¥580</p> <p>エネルギー 677kcal たんぱく質 18.1g 炭水化物 104.4g 鉄 1.5mg 食物繊維総量 1.9g 食塩相当量 4.5g</p>	

※仕入の都合により、メニューが変更になる場合があります。ご了承下さい。