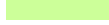


【2025.10 WEEKLY MENU】

営業時間 朝食 8:00~10:00 昼食 11:00~15:00 夕食 17:00~19:30(L.O.19:00)

	食券 番号	10月6日 月					10月7日 火					10月8日 水					10月9日 木					10月10日 金									
		エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分					
朝食プレート ¥100 ご飯・汁もの or小鉢付	1	 ハムカツ					鯖のてりやき					白身魚フライ					 旨辛味噌雑炊														
		460	11	10	84	2	¥100	518	18.3	17.0	77.6	2.4	¥100	461	13.2	7.9	87.3	2.1	¥100	501	14.4	6.4	99.7	3.5	¥100						
		小麦●	卵●	乳●		海老●	かに●					小麦●						小麦●				海老●	かに●								
バラエティー ¥480～ (ご飯・汁もの付)	2	鶏と大根の旨塩クッパ					 BLACK焼きそば					鰯のかば焼き丼					 パイコー飯					 さつまいもご飯&肉豆腐									
		660	21.8	19.2	105.8	3.1	¥500	579	20.2	26.9	69.4	4.4	¥550	689	25.0	12.8	116.6	4.3	¥550	767	26.2	29.0	103.2	5.9	¥580	745	34.0	18.2	119.1	4.5	¥600
		小麦●	卵●				小麦●	卵●				小麦●					小麦●			小麦●					小麦●						
和麺 ¥420～	3						鶏ときのこのかきたま うどん・そば										鴨南蛮うどん・そば														
							504	20.6	9.8	80.4	6.6	¥450						474	15.8	2.4	83.2	7.8	¥500								
							小麦●	卵●				小麦●					小麦●	卵●					そばのみ●								
中華麺 ¥470～	4	 岡山ラーメン										 水餃子白湯ラーメン										 味噌コーンラーメン									
		462	18.8	7.4	76.5	7.5	¥550						532	19.9	10.1	90.8	6.0	¥530						496	18.9	13.5	72.2	7.3	¥500		
		小麦●	卵●	乳●			小麦●	卵●	乳●		海老●			小麦●	卵●	乳●		海老●			小麦●	卵●	乳●			小麦●	卵●	乳●			
定食 ¥540 (ご飯・汁もの付)	5	 豚肉のゆず塩炒め					ヤンニョムチキン					 ダブルハンバーグ					 鶏肉のバジルソテー					カニクリームコロッケ									
		566	21.7	10.4	98.5	1.7	¥540	895	32.0	34.1	117.2	3.0	¥540	669	24.3	16.9	108.6	4.1	¥540	721	30.1	26.9	91.8	3.6	¥540	671	15.6	22.1	104.7	2.8	¥540
		小麦●					小麦●	卵●				小麦●	卵●	乳●			小麦●	卵●	乳●			小麦●		乳●		小麦●	卵●	乳●		海老●	かに●
週替丼 ¥540～ (汁もの付)	6	創友丼					創友丼					創友丼					創友丼					創友丼									
		752	30.8	19.2	106.2	4.3	¥540	752	30.8	19.2	106.2	4.3	¥540	752	30.8	19.2	106.2	4.3	¥540	752	30.8	19.2	106.2	4.3	¥540	752	30.8	19.2	106.2	4.3	¥540
		小麦●	卵●			海老●	かに●	小麦●	卵●			海老●	かに●	小麦●	卵●			海老●	かに●	小麦●	卵●			海老●	かに●	小麦●	卵●			海老●	かに●
カレー ¥450 (汁もの付)	7	 おだしのきいた和風カレー					 おだしのきいた和風カレー					 おだしのきいた和風カレー					 おだしのきいた和風カレー					 おだしのきいた和風カレー									
		703	16.5	13.9	123.0	5.7	¥450	703	16.5	13.9	123.0	5.7	¥450	703	16.5	13.9	123.0	5.7	¥450	703	16.5	13.9	123.0	5.7	¥450	703	16.5	13.9	123.0	5.7	¥450
		小麦●		乳●			小麦●		乳●			小麦●		乳●			小麦●		乳●			小麦●		乳●			小麦●		乳●		
ヘルシー ¥540 (健康米・汁もの付)	8	豆腐ステーキ 茄子みぞれあん Tofus teak eggplant sauce					ベジチリコンカン veggie chili con carne					ベジ中華丼 vege chinese bowl					大豆ミートの厚切りハムカツ Thick sliced ham cutlet of soy meat.														
		605	24.2	18.3	92.1	2.6	¥540	488	18.5	6.7	93.9	3.2	¥540	556	11.5	5.9	117.2	3.7	¥540	612	18.8	17.8	98.5	3.8	¥540						
		小麦●					小麦●					小麦●					小麦●			小麦●					小麦●						
夕食プレート ¥550 (ご飯・汁もの付)	9	ハニーセサミチキン					 豚しゃぶ ごまだれ					チキンのクリーム煮					シーフードピラフ														
		700	30.4	20.1	101.4	2.8	¥550	632	23.0	18.7	94.7	2.1	¥580	659	26.7	21.3	98.1	3.6	¥550	601	17.3	11.9	107.3	3.7	¥550						
		小麦●					小麦●			落花生●			小麦●		乳●			小麦●	卵●	乳●		海老●			小麦●	卵●	乳●				
SIDE DISH 		Sサラダ・小鉢 ¥50 / Mサラダ ¥150 / Lベジサラダ ¥390 / ご飯 ¥120 / 和麺・中華麺・ご飯大盛 ¥50 おにぎり・いなり ¥100 / ミニカレー ¥280																													

 豚肉、ポークエキスの入っているメニューには、このマークが付いています。

 ラインポイント対象のメニューで

ヘルシーメニュー：動物性食品を極力使用しないメニューを提供しています。

使用している商品の中には、動物性の原材料を含む商品もございます。

*仕入状況によりメニューを変更する場合がございます。

*和麺はうどんの栄養価を表記しています。そばの場合は下記となります。
(エネルギー+33kcal/たんぱく質+3.7g脂質+0.8g炭水化物+3.2g/食塩-0.4g) 栄養価はセットメニューで表記しています。

*アレルギー表示は原材料に含まれる場合のみ表示しております。