

【WEEKLY MENU】
営業時間 11:00~14:00(L.O.13:30)

食券 番号		7月28日 月						7月29日 火						7月30日 水						7月31日 木						8月1日 金					
		エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	糖質	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	糖質	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	糖質	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	糖質	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	糖質
朝食プレート ¥100 ご飯・汁もの or小鉢付	1																														
バラエティー ¥480~ (ご飯・汁もの付)	2	チキンカツたまごあんかけ丼												海鮮かき揚げ丼												ピリ辛坦々丼					
		722	28.3	15.9	113.1	3.2	¥550							711	18.2	18.1	116.9	3.8	¥530							676	26.3	17.8	98.4	3.5	¥550
		小麦●	卵●	乳●										小麦●				海老●								小麦●	卵●				
和麺 ¥420~	3							明太クリームうどん						柚子香るとうろ うどん・そば																	
								567	20.3	17.0	78.4	2.4	¥550		393	10.3	1.8	80.3	4.0	¥430											
		小麦●	卵●	乳●				小麦●				海老●		小麦●	卵●						小麦●	卵●									
中華麺 ¥470~	4	 野菜たっぷり旨辛ラーメン												 広東麺												 パーコー麺					
		524	22.6	8.2	90.2	5.3	¥550							445	21.6	7.7	68.8	7.9	¥530							589	23.5	20.1	72.8	6.7	¥550
		小麦●	卵●			海老●		小麦●	卵●			海老●		小麦●	卵●			海老●			小麦●	卵●				小麦●	卵●				
定食 ¥540 (ご飯・汁もの付)	5	 豚しゃぶ胡麻ダレ						 チーズメンチカツ& カニクリームコロッケ						鶏肉の味噌漬け焼き						 とんかつ						韓国風鶏マヨ					
		655	23.0	17.9	95.2	2.0	¥540	761	20.8	27.4	106.1	2.3	¥540	791	31.3	26.8	98.5	3.2	¥540	612	17.9	16.3	98.2	3.4	¥540	923	30.1	39.7	102.9	2.6	¥540
		小麦●			落花生●			小麦●	卵●	乳●		海老●	かに●	小麦●						小麦●	卵●	乳●				小麦●	卵●				
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●			
ヘルシー ¥540 (健康米・汁もの付)	8							ベジチリコンカン veggie chili con carne						厚揚げのベジ青椒肉絲 Thick fried tofu of fried green peppers																	
								553	17.9	6.1	107.3	2.8	¥540		612	19.1	15.9	98.7	3.6	¥540											
		小麦●						小麦●						小麦●						小麦●											
夕食プレート ¥550 (ご飯・汁もの付)	9																														
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。

*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。

ラインポイント対象のメニューです。