

weekly menu 2017



本部棟食堂

営業時間(ランチのみ) 11:15~14:00

Category	価格(¥)	9月25日(月)	9月26日(火)	9月27日(水)	9月28日(木)	9月29日(金)
スペシャル						
ランチA (ライス・味噌汁付)	ライス小:330 ライス中:360 ライス大:410 ライス大盛り+¥50	豚肉とナスの甘酢炒め 915/4.3/131.8/22.2/31.3	回鍋肉 830/4.9/124.0/24.2/24.7	豚肉の生姜焼き 763/3.6/114.0/27.1/19.7	油淋鶏 789/3.5/111.7/27.3/22.9	鶏肉と野菜の中華炒め 1000/4.4/126.2/29.9/39.4
ランチB (ライス・味噌汁付)	ライス小:390 ライス中:420 ライス大:470 ライス大盛り+¥50	イカフライ 774/2.3/116.6/27.1/19.9	ブリのもろみ焼き 750/3.4/110.8/30.6/18.5	サーモンフライ 851/2.4/120.3/25.2/28.2	タラの明太マヨ焼き 837/3.5/105.6/28.6/31.0	サバの味噌煮 882/4.1/115.6/29.8/29.7
ライスバラエティ (味噌汁付)	420	豚みそ丼 884/4.1/108.0/21.5/37.5	カツ丼 913/5.1/125.7/25.7/32.0	麻婆丼 716/5.7/102.9/29.5/18.5	三色そばろ丼 619/4.0/102.4/22.9/11.3	ビビンバ 621/4.0/98.6/23.4/13.1
カレーライス	300~	カレーライス				
和麺	220~250 麺大盛り+¥80	たぬきうどん・そば(¥220)/きつねうどん・そば(¥250)/山菜うどん・そば(¥250)/月見うどん・そば(¥250)				
スペシャル麺	400	冷やし中華 514/4.3/76.4/19.3/12.9	蒸し鶏の梅風味和風涼麺 430/8.0/71.3/20.1/5.9	糖質40%OFF 汁なし台湾麺 340/3.1/59.5/12.4/11.5		
	380					
小鉢	各50~100	日替わりサラダ・日替わり小鉢・温泉玉子・納豆・冷奴・いなり寿司				
		ソフトアイス・コーヒー				

・仕入れ等の都合により一部メニューを変更する場合がございます。予めご了承ください

INFORMATION

<栄養価表示について>

- ◆ランチの栄養価表示はおかず・ライス中・味噌汁の栄養価になっております。
- ◆ライスバラエティの栄養価表示は味噌汁を含んでおります。
- ◆パスタの栄養価表示はスープを含んでおります。
- ◆表中の栄養価表示は、エネルギー(kcal)/塩分(g)/炭水化物(g)/たんぱく質/脂質(g)の順に



野菜をたくさん食べよう♪
サラダ・小鉢を毎日提供中

なんかいいな、をプラスワン
Green House