

【WEEKLY MENU】

		11/23	月	11/24	火	11/25	水	11/26	木	11/27	金
		エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩
朝食 ¥100 (汁付き)		とり天 和風あん		白身フライ		ハムカツ		豆腐ハンバーグ		チーズコロケ	
		468 15.5 5.5 86.4 3.5	532 15.8 8.8 93.3 2.0	493 12.6 7.7 89.9 2.0	444 13.0 5.8 81.8 2.2	526 12.2 7.2 99.4 2.1					
週替定食 ¥500 (ライス・汁付き)	券売機番号 1	鶏の竜田揚げ エネルギー 829kcal たんぱく質 33.2 g 脂質 34.6 g 炭水化物 87.4g 食塩 1.8g									
日替定食 ¥500 (ライス・汁付き)	券売機番号 2	ピーマンの 肉詰めフライ	三元豚の水餃子		鶏肉の ガーリックペッパー焼き		黒豚メンチ& 牛肉コロケ		コーンクリームコロケ		
		597 22.1 9.3 102.9 3.5	606 13.7 14.6 100.6 3.4	727 33.7 29.2 75.3 3.5	529 12.3 5.9 103.5 2.5	795 17.2 27.3 116.7 2.3					
日替わり和麵 和麵 ¥350	券売機番号 9	野菜かき揚げ うどん・そば	いか天 うどん・そば		関西出汁 うどん・そば		カレー南蛮 うどん・そば		けんちん うどん・そば		
		552 13.2 19.0 78.6 5.3	465 16.9 12.1 68.0 7.3	374 11.9 6.7 63.4 4.1	561 15.5 15.1 85.5 5.5	514 19.6 8.3 86.1 6.7					
日替わり中華麵 中華麵 ¥420	券売機番号 42	蒸し鶏と水菜の 塩ラーメン	味噌コーン ラーメン		担々麵		とんこつ醤油 ラーメン		白味噌ラーメン		
		389 22.2 3.9 62.3 7.3	477 18.4 9.9 76.0 6.7	568 24.0 18.5 72.9 6.1	442 17.4 12.3 62.7 5.1	501 25.6 11.6 70.1 6.3					
週替丼 ¥400 (汁付き) 週替ミニ丼 ¥220	券売機番号 3 ミニ 4	チキンカツたまごあんかけ丼 エネルギー 979kcal たんぱく質 36.4g 脂質 33.3g 炭水化物 124.0g 食塩 4.0g ミニチキンカツたまごあんかけ丼 エネルギー 490kcal たんぱく質 18.2g 脂質 16.7g 炭水化物 62.0g 食塩 2.0g									
バラエティ ¥400 (汁付き)	券売機番号 5	あんかけ焼きそば	ロコモコ		青椒肉絲丼 (チンジャオロース丼)		鶏そぼろ丼 (汁付き ¥420)		豚の生姜焼き丼		
		499 21.8 12.8 70.2 4.2	854 30.8 33.0 101.6 3.6	706 27.8 18.1 102.4 4.3	787 30.8 27.2 97.7 4.3	529 11.8 5.4 104.4 4.2					
カレー(汁付き) ¥380 ミニカレー ¥210		LEOCカレー エネルギー679kcal たんぱく質18.7g 脂質15.8g 炭水化物112.3g 食塩5.1g ミニLEOCカレー エネルギー327kcal たんぱく質8.3g 脂質7.3g 炭水化物54.5g 食塩1.9g									
SIDE DISH		和麵大盛・中華麵大盛・ご飯大盛 各 ¥50 / おにぎり・いなり ¥100 / サラダ・小鉢 各種 ¥50 / 10食限定 L-vege サラダ ¥360									

*仕入れ状況により、メニューを変更する場合がございます。ご了承ください。

*和麵はうどんの栄養価を表記しています。

*定食は、ごはん・味噌汁付きの栄養価を表記しています。

★営業時間

朝食 8:00~10:00

昼食・夕食 11:00~19:00(L.O)