

【WEEKLY MENU】

		5/17	月	5/18	火	5/19	水	5/20	木	5/21	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)		白身フライ	ひじきコロッセ	照り焼き ハンバーグ	ホタテコロッセ	ハムカツ					
		532 15.8 8.8 93.3 2.0	436 9.5 5.6 83.7 2.0	435 13.4 7.5 75.2 2.2	436 9.5 5.6 83.7 2.0	493 12.6 7.7 89.9 2.0					
週替定食 ¥500 (ライス・汁付き)	券売機番号 1	鶏の唐揚げチリソース エネルギー 833kcal たんぱく質 34.5g 脂質 35.3g 炭水化物 85.1g 食塩 3.4g									
日替定食 ¥500 (ライス・汁付き)	券売機番号 2	アジフライ ~タルタルソース~	和風おろし ハンバーグ	鶏肉の ガーリックペッパー焼き	カニクリームコロッセ	チキンチーズ 大葉巻きフライ					
		782 24.0 25.6 108.3 2.8	577 20.8 14 88.4 3.3	727 33.7 29.2 75.3 3.5	681 13.9 19.5 108.3 2.0	776 25.9 21.2 115.9 2.6					
日替わり和麺 和麺 ¥350	券売機番号 9	野菜かき揚げ うどん・そば	竹輪天 うどん・そば	きつね うどん・そば	いか天 うどん・そば	カニカマ天 うどん・そば					
		552 13.2 19.0 78.6 5.3	470 20.3 7.5 76.9 8.3	374 11.9 6.7 63.4 4.1	465 16.9 12.1 68.0 7.3	470 14.1 16.2 63.3 5.8					
日替わり中華麺 中華麺 ¥420	券売機番号 42	白味噌ラーメン	とんこつ醤油 ラーメン	蒸し鶏と水菜の 塩ラーメン	赤味噌ラーメン	肉ワンタン麺					
		501 25.6 11.6 70.1 6.3	442 17.4 12.3 62.7 5.1	389 22.2 3.9 62.3 7.3	501 22.1 12.4 72.3 7.3	481 17.5 8.7 79.5 6.0					
週替丼 ¥400 (汁付き) 週替ミニ丼 ¥220	券売機番号 3 ミニ 4	かに玉風 あんかけ丼									
		737 17.6 24.0 107.9 4.2									
バラエティ ¥400 (汁付き)	券売機番号 5	チキンカツ たまごあんかけ丼	ガパオライス	ナシゴレン	タコライス (汁なし ¥450)	炒飯					
		979 36.4 33.3 124.0 4.0	751 30.1 21.6 102.3 4.8	708 25.3 26.0 98.7 4.3	563 17.9 12.3 89.5 1.0	679 36.4 33.3 124.0 2.3					
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									
ヘルシー メニュー ¥500 (健康米・ スープ付き)	券売機番号 1	Healthy Menu 	ネバネバ ヘルシー丼 Nebaneba healthy bowl	サラダうどん Salad udon	ベジハンバーグ トマトソース Vege hamburger tomato sauce	揚げだし豆腐 Lightly deep fried tofu					
SIDE DISH		和麺大盛・中華麺大盛・ご飯大盛 各¥50 / おにぎり・いなり ¥100 / サラダ・小鉢 各種 ¥50 / 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。

*和麺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 11:00~14:00(L.O→13:30)