

【WEEKLY MENU】

営業時間 朝食8:00~10:00 / 昼食11:00~14:00 (LO.13:30)

食券 番号	10月18日 月						10月19日 火						10月20日 水						10月21日 木						10月22日 金						
	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	
朝食プレート ¥100 (汁付き)	ひじきコロッケ						白身フライ						ハムカツ						チーズコロッケ						ほたてコロッケ						
	506	10.5	5.8	98.8	2.1	¥100	528	15.2	7.2	96.0	2.4	¥100	536	11.1	12.7	88.7	2.0	¥100	578	12.6	10.0	104.6	2.3	¥100	551	11.5	10.7	97.4	2.0	¥100	
	小麦●	卵●	乳●		海老●	かに●	小麦●						小麦●	卵●	乳●				小麦●	卵●	乳●				小麦●	卵●	乳●		海老●	かに●	
週替わり定食 ¥500~ (ご飯・汁付き)	1	鶏のから揚げチリソース						鶏のから揚げチリソース						鶏のから揚げチリソース						鶏のから揚げチリソース						鶏のから揚げチリソース					
		870	31.4	31.9	104.1	4.6	¥500	870	31.4	31.9	104.1	4.6	¥500	870	31.4	31.9	104.1	4.6	¥500	870	31.4	31.9	104.1	4.6	¥500	870	31.4	31.9	104.1	4.6	¥500
	小麦●	卵●					小麦●	卵●					小麦●	卵●					小麦●	卵●					小麦●	卵●					
日替わり定食 ¥500~ (ご飯・汁付き)	2	とんかつ						鶏肉の ガーリックペッパー焼き						白身魚の竜田揚げ 和風ソース						ハンバーグ クリーミーシャンピニオンソース						チキンカツ					
		813	22.6	22.7	122.7	3.0	¥500	792	34.0	28.6	91.3	5.9	¥500	795	21.0	24.9	115.2	2.5	¥500	787	25.3	24.4	113.5	3.6	¥530	805	25.1	24.0	120.9	2.0	¥500
	小麦●	卵●	乳●				小麦●						小麦●	卵●					小麦●	卵●	乳●				小麦●	卵●	乳●				
和麺 ¥350~	3	温玉ためきうどん・そば						肉詰めいなりうどん・そば						けんちんうどん・そば						海鮮かき揚げうどん・そば						カニカマ天うどん・そば					
		380	14.7	6.4	60.3	6.7	¥350	354	11.9	4.7	61.8	6.9	¥350	412	16.0	6.1	70.5	7.2	¥350	501	10.0	18.1	69.3	8.0	¥350	406	12.3	6.1	70.8	7.0	¥350
	小麦●	卵●	乳●		海老●		小麦●	卵●	乳●		そば (そばのみ)	小麦●	卵●			そば (そばのみ)	小麦●	卵●			海老●		小麦●	卵●	乳●			かに●	そば (そばのみ)		
中華麺 ¥420~	4	こだわりの味噌ラーメン						ピリ辛ネギ塩ラーメン						こだわりの豚骨ラーメン						肉ワンタン醤油ラーメン						白味噌ラーメン					
		563	20.9	20.3	70.1	7.0	¥420	392	14.9	6.4	65.3	7.4	¥420	478	18.0	15.7	63.3	5.2	¥420	463	14.7	12.4	69.7	9.0	¥420	503	25.7	11.6	70.4	6.4	¥420
	小麦●	卵●	乳●				小麦●	卵●	乳●		海老●	かに●	小麦●	卵●	乳●				小麦●	卵●					小麦●	卵●	乳●				
週替丼 ¥400~ (汁付き)	5	かに玉風あんかけ丼						-						-						-											
		629	13.8	16.9	100.4	3.2	¥400																								
	小麦●	卵●	乳●			かに●																									
バラエティ ¥400~ (汁付き)	7	麻婆茄子丼						おすす ミートソーススパゲティ						向井調理長考案 秋野菜とチキンのドライカレー						あんかけ焼きそば						ハヤシライス					
		842	18.2	33.1	111.5	3.1	¥400	718	29.7	16.6	105.3	4.2	¥500	706	15.8	19.4	113.6	4.9	¥520	578	23.2	13.4	86.9	3.1	¥400	786	16.4	30.3	103.9	3.8	¥400
	小麦●			落花生●			小麦●		乳●				小麦●		乳●				小麦●	卵●			海老●	そば●	小麦●		乳●				
カレー ¥380~ (汁付き)	8	LEOCポークカレー						LEOCポークカレー						LEOCポークカレー						LEOCポークカレー						LEOCポークカレー					
		694	18.2	18.4	108.6	4.7	¥380	694	18.2	18.4	108.6	4.7	¥380	694	18.2	18.4	108.6	4.7	¥380	694	18.2	18.4	108.6	4.7	¥380	694	18.2	18.4	108.6	4.7	¥380
	小麦●		乳●				小麦●		乳●				小麦●		乳●				小麦●		乳●				小麦●		乳●				
ヘルシー ¥500~ (健康米・汁付き) or (汁付き)	9	L--vegeサラダ 2/3日分の野菜！ 約240g						大豆ミートの黒酢がけ Soymeat black vinegar sauce						ベジビビンバ Vege bibimbap						豆腐ステーキSOYミートの肉味噌あん Tohu steak flavor soymeat miso sauce						油麩の旨煮 Deep fried wheat gluten braised foods					
		89	6.8	2.6	10.6	0.0	¥360	598	18.6	3.5	119.4	4.9	¥500	530	17.7	9.7	90.6	4.3	¥500	693	28.2	28.2	98.7	3.6	¥500	529	12.7	4.5	105.0	3.0	¥500
	小麦●						小麦●						小麦●		落花生●				小麦●			落花生●			小麦●						
SIDE DISH	サラダ・小鉢 ¥50 / 和麺・中華麺・ご飯大盛 ¥50 / おにぎり・いなり ¥100 / ミニ丼 ¥250 / ミニカレー ¥210																														

*社入状況によりメニューを変更する場合がございます。
 *価格は1人1食の標準額を基にしています。その他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。
 *アレルギー表示は加工場でアレルギー食品を扱っている場合も含まれます。
 (ヘルシーメニューに関り、原材料に含まれる場合のみ表示しております。)