

2019/07/29

Mon



鶏肉照焼き

¥420
E:815kcal P:43.6g F:30.2g
C:106.3g Na(S):1399.0mg (3.6g)



三色丼

¥370
E:799kcal P:28.5g F:19.7g
C:104.8g Na(S):1427.0mg (3.7g)



鶏の香味焼き

¥420
E:699kcal P:29.8g F:15.0g
C:104.9g Na(S):1378.0mg (3.5g)



明太ねばねば丼

¥370
E:809kcal P:22.7g F:4.9g
C:187.0g Na(S):1504.0mg (3.8g)



中華丼

¥370
E:595kcal P:17.0g F:7.5g
C:110.5g Na(S):1802.0mg (4.5g)



デミカツ丼

¥370
E:790kcal P:16.8g F:24.4g
C:120.4g Na(S):816.0mg (2.0g)



鶏の唐揚げ

¥420
E:845kcal P:33.5g F:30.7g
C:100.2g Na(S):1014.0mg (2.6g)

2019/07/30

Tue



牛肉とニンニク芽の炒め物

¥420
E:745kcal P:20.4g F:21.7g
C:111.8g Na(S):1412.0mg (3.6g)



エビツナ丼

¥420
E:910kcal P:26.0g F:22.1g
C:117.6g Na(S):1113.0mg (2.9g)



揚げサバのおろしぼん酢

¥420
E:909kcal P:33.1g F:36.2g
C:104.4g Na(S):1877.0mg (4.8g)



鶏肉照煮丼

¥370
E:770kcal P:31.5g F:25.8g
C:97.5g Na(S):742.0mg (1.9g)



ポークチーズカツ

¥420
E:944kcal P:25.3g F:12.8g
C:102.9g Na(S):1171.0mg (3.0g)



休日



休日

2019/07/31

Wed



休日

休日



休日

休日



休日

休日



休日

休日



休日

休日



休日



休日

2019/08/01

Thu



休日

休日



休日

休日



休日

休日



休日

休日



休日

休日



休日



休日

2019/08/02

Fri



休日

休日



休日

休日



休日

休日



休日

休日



休日

休日



休日



休日

2019/08/03

Sat



休日

休日



休日

休日



休日

休日



休日

休日



休日

休日



休日



休日

2019/08/04

Sun

カレーライス ¥320

ミニカレー ¥200

サラダ ¥50

学園ラーメン ¥320

和麺 ¥280

定食の方はselect小鉢を1品お選びください



E:エネルギー/energy P:たんぱく質/protein F:脂質/fat
C:炭水化物/carbohydrate Na:ナトリウム/sodium (S):食塩相当量/salt
※仕入の都合によりメニューが変更になる場合がございます。ご了承下さい。