








	2019/09/02 <b>Mon</b>	2019/09/03 <b>Tue</b>	2019/09/04 <b>Wed</b>	2019/09/05 <b>Thu</b>	2019/09/06 <b>Fri</b>	2019/09/07 <b>Sat</b>	2019/09/08 <b>Sun</b>
 <b>しっかり定食</b> しっかり定食	鶏肉山賊焼き ¥420 E:861kcal P:43.2g F:30.6g C:95.7g Na(S):1569.0mg (4.1g)	豚焼肉 ¥420 E:712kcal P:24.1g F:15.2g C:114.9g Na(S):1250.0mg (3.1g)	ミックスフライ ¥420 E:805kcal P:20.6g F:18.3g C:134.8g Na(S):1112.0mg (2.8g)	ハンバーグチーズソース ¥420 E:749kcal P:25.1g F:14.7g C:125.2g Na(S):1352.0mg (3.5g)	鶏ささみフリッター ¥420 E:854kcal P:36.2g F:20.5g C:123.8g Na(S):930.0mg (2.4g)	青椒肉絲 ¥420 E:718kcal P:23.4g F:19.1g C:107.8g Na(S):1427.0mg (3.6g)	休日
 <b>さっぱり定食</b> さっぱり定食	豆腐ハンバーグ 彩りソース ¥420 E:223kcal P:10.6g F:13.8g C:14.5g Na(S):954.0mg (2.4g)	鯛の磯辺揚げ ¥420 E:703kcal P:26.8g F:10.9g C:119.8g Na(S):896.0mg (2.3g)	海鮮野菜炒め ¥420 E:559kcal P:20.0g F:3.6g C:108.9g Na(S):874.0mg (2.2g)	鯖の塩焼き ¥420 E:933kcal P:33.6g F:38.7g C:104.2g Na(S):1591.0mg (4.1g)	白身魚の唐揚げ ¥420 E:797kcal P:39.4g F:19.7g C:108.6g Na(S):746.0mg (1.9g)	ゆで豚胡麻ソース ¥420 E:928kcal P:23.9g F:45.8g C:96.7g Na(S):1220.0mg (3.1g)	休日
 <b>丼</b>	豚丼 ¥370 E:811kcal P:21.8g F:30.1g C:105.6g Na(S):1225.0mg (3.1g)	カレーピラフ ¥370 E:529kcal P:17.7g F:9.3g C:89.6g Na(S):1159.0mg (2.9g)	焼鳥親子丼 ¥370 E:912kcal P:39.3g F:24.9g C:122.8g Na(S):2381.0mg (6.1g)	ソースかつ丼 ¥370 E:865kcal P:26.7g F:15.0g C:149.2g Na(S):1630.0mg (4.2g)	エビフライ丼 ¥370 E:941kcal P:23.1g F:29.6g C:141.0g Na(S):2404.0mg (6.1g)	海老と野菜の天丼 ¥370 E:571kcal P:13.3g F:7.5g C:108.2g Na(S):1274.0mg (3.2g)	休日
 <b>CURRY</b> セレクトカレー	ミンチカツカレー ¥370 E:895kcal P:18.7g F:25.4g C:141.0g Na(S):1145.0mg (2.9g)	ビーフカレー ¥370 E:987kcal P:20.8g F:37.1g C:134.2g Na(S):1012.0mg (2.5g)	ハンバーグ カレー ¥370 E:922kcal P:20.9g F:31.5g C:131.6g Na(S):1324.0mg (3.4g)	チキンカレー ¥370 E:991kcal P:24.2g F:34.8g C:136.8g Na(S):1367.0mg (3.5g)	カツカレー ¥370 E:860kcal P:20.6g F:20.4g C:141.9g Na(S):1384.0mg (3.5g)	エビカレー ¥370 E:865kcal P:19.2g F:25.7g C:132.6g Na(S):1142.0mg (2.9g)	休日
 <b>CHINESE NOODLE</b> 一押し麺	豚骨ラーメン ¥370 E:431kcal P:17.8g F:10.0g C:64.8g Na(S):3186.0mg (8.1g)		台湾ラーメン ¥370 E:501kcal P:20.7g F:15.3g C:66.9g Na(S):2854.0mg (7.3g)		黒胡麻坦々麺 ¥370 E:656kcal P:22.9g F:29.3g C:72.0g Na(S):1561.0mg (4.0g)		休日
 <b>JAPANESE NOODLE</b> 一押し麺		明石焼うどん ¥320 E:368kcal P:13.1g F:3.1g C:70.3g Na(S):2412.0mg (6.1g)		カレーうどん ¥320 E:568kcal P:15.9g F:21.2g C:74.4g Na(S):2598.0mg (6.6g)			休日
 <b>PASTA</b> 一押し麺						カルボナーラ ¥370 E:543kcal P:18.5g F:15.2g C:79.4g Na(S):1354.0mg (3.4g)	休日

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