







	2019/09/09 Mon	2019/09/10 Tue	2019/09/11 Wed	2019/09/12 Thu	2019/09/13 Fri	2019/09/14 Sat	2019/09/15 Sun
 しっかり定食 しっかり定食	トンカツ ¥420 E:701kcal P:24.3g F:8.9g C:126.9g Na(S):1375.0mg (3.5g)	チキンソーテデミソース ¥420 E:944kcal P:44.3g F:33.8g C:106.8g Na(S):1340.0mg (3.5g)	ミンチカツトマトソース ¥420 E:1010kcal P:26.4g F:38.3g C:133.4g Na(S):1522.0mg (3.9g)	海老フライタルタルソース ¥420 E:733kcal P:19.9g F:15.5g C:123.0g Na(S):1055.0mg (2.7g)	鶏の唐揚げ ¥420 E:845kcal P:33.5g F:30.7g C:100.4g Na(S):1004.0mg (2.6g)	麻婆豆腐 ¥420 E:718kcal P:23.8g F:17.2g C:112.1g Na(S):1617.0mg (4.0g)	休日
 さっぱり定食 さっぱり定食	白身魚クリーム煮 ¥420 E:690kcal P:28.9g F:11.2g C:113.4g Na(S):1555.0mg (4.0g)	鯖味噌焼き ¥420 E:679kcal P:27.5g F:11.2g C:110.3g Na(S):1441.0mg (3.7g)	サーモンポテト焼き ¥420 E:682kcal P:29.3g F:10.4g C:113.0g Na(S):1394.0mg (3.5g)	肉じゃが ¥420 E:717kcal P:17.1g F:16.0g C:120.5g Na(S):1521.0mg (3.9g)	鯖の南蛮漬け ¥420 E:2507kcal P:60.2g F:41.8g C:445.2g Na(S):1724.0mg (4.4g)	白身魚と肉団子揚煮 ¥420 E:745kcal P:32.0g F:14.5g C:113.1g Na(S):2236.0mg (5.7g)	休日
 丼	牛丼 ¥370 E:960kcal P:23.0g F:24.5g C:152.0g Na(S):2241.0mg (5.7g)	三色丼 ¥370 E:768kcal P:31.1g F:23.7g C:99.6g Na(S):1412.0mg (3.6g)	親子丼 ¥370 E:834kcal P:35.2g F:23.5g C:112.6g Na(S):1973.0mg (5.1g)	オムライス ¥370 E:852kcal P:20.4g F:21.5g C:137.9g Na(S):1352.0mg (3.5g)	そばろ月見丼 ¥370 E:830kcal P:28.1g F:20.2g C:126.2g Na(S):1076.0mg (2.8g)	豚肉コチジャン丼 ¥370 E:1019kcal P:24.8g F:39.6g C:132.0g Na(S):1705.0mg (4.3g)	休日
 CURRY セレクトカレー	ハンバーグカレー ¥370 E:936kcal P:22.6g F:28.5g C:140.8g Na(S):1352.0mg (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)	チキンカレー ¥370 E:991kcal P:24.2g F:34.8g C:136.8g Na(S):1367.0mg (3.5g)	温玉カレー ¥370 E:922kcal P:20.9g F:31.5g C:131.6g Na(S):1324.0mg (3.4g)	チーズカレー ¥370 E:865kcal P:19.2g F:25.7g C:132.6g Na(S):1142.0mg (2.9g)	ビーフカレー ¥370 E:916kcal P:18.0g F:30.6g C:135.0g Na(S):1002.0mg (2.5g)	休日
 CHINESE NOODLE 一押し麺		野菜たっぷりタンメン ¥370 E:509kcal P:16.7g F:17.0g C:69.5g Na(S):2710.0mg (6.9g)		ねぎチャーシュー麺 半熟卵のせ ¥370 E:438kcal P:18.9g F:11.1g C:62.5g Na(S):1951.0mg (5.0g)		豚骨しょうゆラーメン 餃子セット ¥370 E:601kcal P:23.2g F:18.9g C:80.8g Na(S):3255.0mg (8.3g)	休日
 JAPANESE NOODLE 一押し麺	小エビ天うどん ¥320 E:360kcal P:14.3g F:1.4g C:69.9g Na(S):2243.0mg (5.6g)		あんかけうどん ¥320 E:647kcal P:19.4g F:17.1g C:98.0g Na(S):2363.0mg (6.0g)		かき揚げうどん ¥320 E:484kcal P:11.7g F:6.5g C:90.8g Na(S):2319.0mg (5.8g)		休日
 PASTA 一押し麺							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



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。