








	2019/12/16 Mon	2019/12/17 Tue	2019/12/18 Wed	2019/12/19 Thu	2019/12/20 Fri	2019/12/21 Sat	2019/12/22 Sun
 しっかり定食 しっかり定食	鶏肉香味ソース ¥420 E:970kcal P:33.5g F:27.4g C:139.5g Na(S):1387.0mg (3.6g)	エビカツ ¥420 E:811kcal P:28.1g F:17.7g C:129.7g Na(S):1593.0mg (4.0g)	クリスマス チキンフリッター ¥500 E:848kcal P:30.5g F:21.5g C:128.7g Na(S):1768.0mg (4.5g)	クリスマス チキンフリッター ¥500 E:848kcal P:30.5g F:21.5g C:128.7g Na(S):1768.0mg (4.5g)	B I Gハンバーグ ¥420 E:1012kcal P:33.8g F:32.7g C:139.0g Na(S):2511.0mg (6.4g)	メンチカツ ¥420 E:992kcal P:29.4g F:29.3g C:147.2g Na(S):2094.0mg (5.3g)	休日
 さっぱり定食 さっぱり定食	白身魚クリーム煮 ¥420 E:668kcal P:28.7g F:9.8g C:111.2g Na(S):1479.0mg (3.8g)	鯛の磯辺揚げ ¥420 E:703kcal P:26.8g F:10.9g C:119.8g Na(S):896.0mg (2.3g)			麻婆豆腐 ¥420 E:739kcal P:26.2g F:16.4g C:116.9g Na(S):1777.0mg (4.4g)	豚汁&五目飯 ¥420 E:680kcal P:26.4g F:20.5g C:92.8g Na(S):1741.0mg (4.4g)	休日
 丼	かつ丼 ¥370 E:799kcal P:25.8g F:9.9g C:145.9g Na(S):2096.0mg (5.3g)	牛丼 ¥370 E:962kcal P:23.1g F:24.5g C:152.3g Na(S):2241.0mg (5.7g)	豚キムチ丼 ¥370 E:752kcal P:20.1g F:23.3g C:109.7g Na(S):1136.0mg (2.8g)	唐揚げマヨ丼 ¥370 E:1057kcal P:29.2g F:53.4g C:110.0g Na(S):2476.0mg (6.3g)	オムライス ¥370 E:864kcal P:21.0g F:21.5g C:140.3g Na(S):2042.0mg (5.2g)	カニあんかけチャーハン ¥370 E:631kcal P:21.0g F:18.2g C:90.4g Na(S):1542.0mg (3.9g)	休日
 セレクトカレー	ミンチカツカレー ¥370 E:896kcal P:18.8g F:25.4g C:141.2g Na(S):1145.0mg (2.9g)	肉団子カレー ¥370 E:936kcal P:22.7g F:28.5g C:141.0g Na(S):1352.0mg (3.5g)	玉子カレー ¥370 E:929kcal P:19.0g F:33.0g C:132.7g Na(S):1540.0mg (3.9g)	カツカレー ¥370 E:870kcal P:20.2g F:20.8g C:144.4g Na(S):1293.0mg (3.3g)	エビフライカレー ¥370 E:901kcal P:18.4g F:26.4g C:140.6g Na(S):1116.0mg (2.8g)	チキンカレー ¥370 E:992kcal P:24.2g F:34.8g C:137.0g Na(S):1367.0mg (3.5g)	休日
 一押し麺	味噌コーンラーメン ¥370 E:468kcal P:19.0g F:7.5g C:79.2g Na(S):3031.0mg (7.7g)		味付煮卵しょうゆラーメン ¥370 E:524kcal P:21.5g F:10.0g C:82.8g Na(S):2624.0mg (6.7g)		豚骨雲呑麺 ¥370 E:465kcal P:19.4g F:10.8g C:69.7g Na(S):3261.0mg (8.3g)		休日
 一押し麺		そばろ月見うどん ¥320 E:453kcal P:19.4g F:12.5g C:61.2g Na(S):2423.0mg (6.2g)		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
 一押し麺						ミートスパゲティ ¥370 E:528kcal P:20.9g F:9.9g C:84.9g Na(S):1243.0mg (3.2g)	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。