








	2020/01/06 Mon	2020/01/07 Tue	2020/01/08 Wed	2020/01/09 Thu	2020/01/10 Fri	2020/01/11 Sat	2020/01/12 Sun
 しっかり定食	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)	とり天 ¥420 E:1009kcal P:41.3g F:38.2g C:116.6g Na(S):1224.0mg (3.2g)	鶏肉山賊焼き ¥420 E:861kcal P:43.2g F:30.6g C:95.7g Na(S):1569.0mg (4.1g)	海老フライタルタルソース ¥420 E:726kcal P:20.9g F:15.7g C:120.4g Na(S):1111.0mg (2.8g)	トンカツ柳川煮 ¥420 E:769kcal P:28.5g F:13.2g C:129.5g Na(S):2182.0mg (5.6g)	ビーフシチュー ¥420 E:914kcal P:22.1g F:25.1g C:143.4g Na(S):2445.0mg (6.2g)	休日
 さっぱり定食			白身魚カレー天ぷら ¥420 E:756kcal P:36.2g F:7.5g C:129.7g Na(S):1187.0mg (3.0g)	和風豆腐バーグ 彩りソース ¥420 E:677kcal P:19.5g F:15.5g C:111.1g Na(S):1728.0mg (4.4g)	キス、茄子揚げ出し ¥420 E:639kcal P:19.6g F:16.1g C:99.8g Na(S):1315.0mg (3.3g)	鯖の塩焼き ¥420 E:933kcal P:33.6g F:38.7g C:104.2g Na(S):1591.0mg (4.1g)	休日
 丼			黒チャーハン ¥370 E:646kcal P:19.9g F:21.4g C:87.7g Na(S):2482.0mg (6.3g)	ソースかつ丼 ¥370 E:878kcal P:25.1g F:16.8g C:150.7g Na(S):1544.0mg (3.9g)	焼鳥親子丼 ¥370 E:752kcal P:33.9g F:21.9g C:96.5g Na(S):2046.0mg (5.3g)	カレーピラフ ¥370 E:529kcal P:17.6g F:9.3g C:89.7g Na(S):1159.0mg (2.9g)	休日
 セレクトカレー			肉団子カレー ¥370 E:990kcal P:22.7g F:30.7g C:144.5g Na(S):1231.0mg (3.1g)	チキンカツカレー ¥370 E:870kcal P:20.2g F:20.8g C:144.4g Na(S):1293.0mg (3.3g)	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)	チキンタルタルカレー ¥370 E:1148kcal P:22.8g F:48.0g C:149.1g Na(S):2063.0mg (5.2g)	休日
 一押し麺			ワンタン麺 ¥370 E:437kcal P:17.5g F:8.2g C:70.3g Na(S):2571.0mg (6.6g)		坦々麺 ¥370 E:672kcal P:24.0g F:28.6g C:75.3g Na(S):2172.0mg (5.5g)		休日
 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)		鶏南蛮うどん ¥320 E:481kcal P:24.2g F:16.0g C:55.1g Na(S):740.0mg (1.9g)	休日
 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。