

週間献立表

栄養価表示／エネルギー・タンパク質・脂質・食塩相当量

販売品目	価格	11月3日 月曜日	11月4日 火曜日	11月5日 水曜日	11月6日 木曜日	11月7日 金曜日	11月8日 土曜日
唐揚げランチ	460円			唐揚げ ペッパー		唐揚げ トマトソース	
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	785 kcal 33.0 g 25.5 g 2.9 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	795 kcal 33.0 g 25.8 g 2.9 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
アラカルト	460円			クッパ		豚キムチ丼	
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	529 kcal 17.0 g 13.9 g 6.7 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	575 kcal 22.7 g 13.0 g 3.1 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
麺類 (月・水：うどん、他：中華麺)	430円			かき揚げうどん		味噌ラーメン	
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	416 kcal 12.8 g 7.5 g 5.8 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	580 kcal 21.9 g 15.7 g 3.8 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g
カレーライス	430円			カレーライス		カレーライス	
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	733 kcal 16.0 g 30.3 g 2.7 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	733 kcal 16.0 g 30.3 g 2.7 g	#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g

※大盛ランチは、御飯大盛りになります

※当食堂では国産米を使用しております。

※食材の仕入れ状況により、内容が変更になる場合があります。

週間献立表

栄養価表示／エネルギー・タンパク質・脂質・食塩相当量

販売品目	価格	11月10日 月曜日				11月11日 火曜日				11月12日 水曜日				11月13日 木曜日				11月14日 金曜日				11月15日 土曜日			
唐揚げランチ	460円	唐揚げ さっぱり野菜				唐揚げ				唐揚げ 油淋ソース				唐揚げ				唐揚げ 柚子ポン酢							
		785 kcal	33.0 g	25.7 g	2.9 g	780 kcal	33.0 g	25.5 g	2.9 g	791 kcal	33.2 g	26.2 g	3.5 g	780 kcal	33.0 g	25.5 g	2.9 g	784 kcal	33.0 g	25.5 g	2.9 g	#N/A kcal	#N/A g	#N/A g	#N/A g
アラカルト	460円	サラダ豚丼				焼き鳥丼				麻婆豆腐丼				ミートソーススパゲティ				ガバオライス							
		587 kcal	23.4 g	14.5 g	3.6 g	754 kcal	30.5 g	24.6 g	5.0 g	710 kcal	31.9 g	22.4 g	4.2 g	608 kcal	24.8 g	14.9 g	3.4 g	633 kcal	29.6 g	19.0 g	4.2 g	#N/A kcal	#N/A g	#N/A g	#N/A g
麺類 (月・水：うどん、他：中華麺)	430円	たぬきうどん				クッパ風 野菜タンメン				温玉うどん				白湯ラーメン				辛ネギ味噌ラーメン							
		369 kcal	10.7 g	4.3 g	6.4 g	590 kcal	21.4 g	16.3 g	13.3 g	487 kcal	11.6 g	6.2 g	4.8 g	503 kcal	22.7 g	11.1 g	5.9 g	580 kcal	21.9 g	15.7 g	3.8 g	#N/A kcal	#N/A g	#N/A g	#N/A g
カレーライス	430円	カレーライス				カレーライス				カレーライス				カレーライス				カレーライス							
		733 kcal	16.0 g	30.3 g	2.7 g	733 kcal	16.0 g	30.3 g	2.7 g	733 kcal	16.0 g	30.3 g	2.7 g	733 kcal	16.0 g	30.3 g	2.7 g	733 kcal	16.0 g	30.3 g	2.7 g	#N/A kcal	#N/A g	#N/A g	#N/A g

※大盛ランチは、御飯大盛りになります

※当食堂では国産米を使用しております。

※食材の仕入れ状況により、内容が変更になる場合があります。

週間献立表

栄養価表示／エネルギー・タンパク質・脂質・食塩相当量

販売品目	価格	11月17日 月曜日				11月18日 火曜日				11月19日 水曜日				11月20日 木曜日				11月21日 金曜日				11月22日 土曜日			
唐揚げランチ	460円	唐揚げ ねぎ塩ソース				唐揚げ				唐揚げ チリソース				唐揚げ				唐揚げ ペッパー				唐揚げ			
		788 kcal	33.0 g	25.5 g	2.9 g	780 kcal	33.0 g	25.5 g	2.9 g	791 kcal	33.1 g	26.0 g	3.7 g	780 kcal	33.0 g	25.5 g	2.9 g	785 kcal	33.0 g	25.5 g	2.9 g	780 kcal	33.0 g	25.5 g	2.9 g
アラカルト	460円	親子丼				味噌カツ丼				豚肉の柳川風丼				明太子クリームパスタ				照り焼きハンバーグ丼				胡麻味噌チキンカツ丼			
		718 kcal	30.9 g	22.5 g	5.9 g	693 kcal	17.2 g	19.7 g	4.3 g	599 kcal	27.9 g	12.5 g	4.5 g	592 kcal	21.4 g	15.7 g	5.0 g	672 kcal	25.3 g	19.0 g	4.0 g	817 kcal	32.7 g	27.9 g	3.2 g
麺類 (月・水：うどん、他：中華麺)	430円	かき揚げうどん				焼肉ラーメン				きつねうどん				醤油ラーメン				豚キムチ味噌ラーメン				九州博多風ラーメン			
		416 kcal	12.8 g	7.5 g	5.8 g	571 kcal	25.4 g	11.1 g	5.9 g	409 kcal	12.7 g	15.9 g	8.0 g	470 kcal	21.0 g	8.5 g	6.7 g	532 kcal	21.4 g	9.7 g	5.9 g	500 kcal	21.0 g	11.3 g	5.1 g
カレーライス	430円	カレーライス				カレーライス				カレーライス				カレーライス				カレーライス				カレーライス			
		733 kcal	16.0 g	30.3 g	2.7 g	733 kcal	16.0 g	30.3 g	2.7 g	733 kcal	16.0 g	30.3 g	2.7 g	733 kcal	16.0 g	30.3 g	2.7 g	733 kcal	16.0 g	30.3 g	2.7 g	733 kcal	16.0 g	30.3 g	2.7 g

※大盛ランチは、御飯大盛りになります

※当食堂では国産米を使用しております。

※食材の仕入れ状況により、内容が変更になる場合があります。

週間献立表

栄養価表示／エネルギー・タンパク質・脂質・食塩相当量

販売品目	価格	11月24日 月曜日	11月25日 火曜日	11月26日 水曜日	11月27日 木曜日	11月28日 金曜日	11月29日 土曜日
唐揚げランチ	460円		唐揚げ	唐揚げ おろしソース	唐揚げ	唐揚げ トマト&ガーリック	唐揚げ
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	780 kcal 33.0 g 25.5 g 2.9 g	784 kcal 33.0 g 25.5 g 2.9 g	780 kcal 33.0 g 25.5 g 2.9 g	795 kcal 33.0 g 25.8 g 2.9 g	780 kcal 33.0 g 25.5 g 2.9 g
アラカルト	460円		鶏そぼろ丼	ソースカツ丼	ビビンバ丼	チキン竜田マーボーあんかけ丼	ガバオライス
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	712 kcal 35.7 g 19.7 g 5.1 g	683 kcal 17.0 g 19.1 g 4.6 g	596 kcal 23.5 g 23.5 g 3.6 g	731 kcal 28.5 g 26.0 g 3.6 g	633 kcal 29.6 g 19.0 g 4.2 g
麺類 (月・水：うどん、他：中華麺)	430円		塩コーンラーメン	きつねうどん	味噌ラーメン	白湯ラーメン	辛味噌ラーメン
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	480 kcal 19.2 g 10.9 g 12.2 g	409 kcal 12.7 g 15.9 g 8.0 g	580 kcal 21.9 g 15.7 g 3.8 g	503 kcal 22.7 g 11.1 g 5.9 g	560 kcal 21.9 g 15.7 g 3.8 g
カレーライス	430円		カレーライス	カレーライス	カレーライス	カレーライス	カレーライス
		#N/A kcal #N/A g #N/A g #N/A g	733 kcal 16.0 g 30.3 g 2.7 g	733 kcal 16.0 g 30.3 g 2.7 g	733 kcal 16.0 g 30.3 g 2.7 g	733 kcal 16.0 g 30.3 g 2.7 g	733 kcal 16.0 g 30.3 g 2.7 g

※大盛ランチは、御飯大盛りになります

※当食堂では国産米を使用しております。

※食材の仕入れ状況により、内容が変更になる場合があります。