

Weekly Menu

2021	11月1日 (月)	11月2日 (火)	11月3日 (水)	11月4日 (木)	11月5日 (金)
Aセット ¥380	ビーフカツ	牛肉の南蛮焼き	文化の日	グリルハーブチキン	【たいめいけん】 ポテトコロッケ
	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 775kcal 21.6g 24.5g 3.3g	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 767kcal 22.2g 31.7g 4.4g		エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 779kcal 36.7g 24.5g 3.3g	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 859kcal 18.1g 37.8g 2.5g
Bセット ¥320	照焼チキン丼	のり弁風丼	文化の日	チキンソースカツ丼	豚キムチ丼
	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 660kcal 23.3g 17.6g 2.8g	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 670kcal 17.7g 18.0g 4.3g		エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 733kcal 18.7g 14.8g 5.2g	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 634kcal 21.8g 14.9g 4.9g

* 価格は消費税込です。

*当店では、国産米を使用しています。

常設メニュー	カレーライス	¥250	エネルギー： 596kcal	たんぱく質： 11.4g	脂質： 10.5g	食塩相当量： 3.6g
	カツカレー	¥330	エネルギー： 832kcal	たんぱく質： 19.3g	脂質： 23.6g	食塩相当量： 3.6g
	親子丼	¥280	エネルギー： 698kcal	たんぱく質： 27.6g	脂質： 17.6g	食塩相当量： 3.3g
	カツ丼	¥280	エネルギー： 944kcal	たんぱく質： 27.7g	脂質： 36.6g	食塩相当量： 3.9g
	カレーうどん	¥290	エネルギー： 650kcal	たんぱく質： 15.6g	脂質： 25.7g	食塩相当量： 5.6g
	週替わりラーメン					
	味噌 醤油 とんこつ	¥210	エネルギー： 530kcal 432kcal 476kcal	たんぱく質： 20.0g 17.2g 20.2g	脂質： 11.9g 6.4g 8.0g	食塩相当量： 9.4g 7.5g 8.0g
	かけうどん	¥160	エネルギー： 325kcal	たんぱく質： 10.4g	脂質： 1.8g	食塩相当量： 4.1g
	かけそば	¥160	エネルギー： 320kcal	たんぱく質： 13.3g	脂質： 2.0g	食塩相当量： 4.1g
和麺トッピング各種 ¥50 わかめ・きつねあげ・かき揚げ						
ライス(210g) ¥100 エネルギー： 386kcal たんぱく質： 5.8g 脂質： 0.7g 塩分相当量： 0.0g						

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。コンパスグループ・ジャパン株式会社

Weekly Menu

2021	11月8日 (月)	11月9日 (火)	11月10日 (水)	11月11日 (木)	11月12日 (金)
Aセット ¥380	まぐろカツ タルタルソース	ヒレカツ	鶏肉の胡麻味噌焼き きのこポン酢あん	根菜ハンバーグと 牛肉コロッケ	鰯の西京焼き
	[エネルギー] 蛋白質 脂質 食塩相当量 869kcal 27.8g 34.2g 4.0g	[エネルギー] 蛋白質 脂質 食塩相当量 707kcal 24.9g 20.3g 2.7g	[エネルギー] 蛋白質 脂質 食塩相当量 812kcal 38.9g 30.9g 4.6g	[エネルギー] 蛋白質 脂質 食塩相当量 781kcal 21.0g 22.6g 3.5g	[エネルギー] 蛋白質 脂質 693kcal 34.2g 17.6g
Bセット ¥320	三色丼	麻婆豆腐飯	牛しぐれ煮のとろろ丼	豚焼き肉丼	鶏唐マヨ丼
	[エネルギー] 蛋白質 脂質 食塩相当量 633kcal 21.1g 8.5g 2.7g	[エネルギー] 蛋白質 脂質 食塩相当量 808kcal 33.1g 22.6g 6.0g	[エネルギー] 蛋白質 脂質 食塩相当量 789kcal 25.3g 30.0g 3.5g	[エネルギー] 蛋白質 脂質 食塩相当量 694kcal 24.6g 20.7g 3.4g	[エネルギー] 蛋白質 脂質 728kcal 21.1g 22.3g
* 価格は消費税込です。					
*当店では、国産米を使用しています。					
常設メニュー	カレーライス ¥250	エネルギー： 596kcal	たんぱく質： 11.4g	脂質： 10.5g	食塩相当量： 3.6g
	カツカレー ¥330	エネルギー： 832kcal	たんぱく質： 19.3g	脂質： 23.6g	食塩相当量： 3.6g
	親子丼 ¥280	エネルギー： 698kcal	たんぱく質： 27.6g	脂質： 17.6g	食塩相当量： 3.3g
	カツ丼 ¥280	エネルギー： 944kcal	たんぱく質： 27.7g	脂質： 36.6g	食塩相当量： 3.9g
	カレーうどん ¥290	エネルギー： 650kcal	たんぱく質： 15.6g	脂質： 25.7g	食塩相当量： 5.6g
	週替わりランチ 味噌 醤油 とんこつ	¥210 エネルギー： 530kcal 432kcal 476kcal	たんぱく質： 20.0g 17.2g 20.2g	脂質： 11.9g 6.4g 8.0g	食塩相当量： 9.4g 7.5g 8.0g
	かけうどん ¥160	エネルギー： 325kcal	たんぱく質： 10.4g	脂質： 1.8g	食塩相当量： 4.1g
	かけそば ¥160	エネルギー： 320kcal	たんぱく質： 13.3g	脂質： 2.0g	食塩相当量： 4.1g
	和麺トッピング各種	¥50	わかめ・ きつねあげ・ かき揚げ		
	ライス (210g)	¥100 エネルギー： 386kcal	たんぱく質： 5.8g	脂質： 0.7g	塩分相当量： 0.0g

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。コンパスグループ・ジャパン株式会社

Weekly Menu

2021	11月15日 (月)	11月16日 (火)	11月17日 (水)	11月18日 (木)	11月19日 (金)
Aセット ¥380	ささみチーズカツ	煮込みハンバーグ	揚げ餃子の四川ソース	秋刀魚の蒲焼	教養行事
	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 727kcal 26.4g 21.3g 3.1g	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 788kcal 27.1g 22.8g 5.4g	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 729kcal 19.4g 19.4g 5.3g	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 910kcal 35.8g 43.0g 3.1g	
Bセット ¥320	豚肉の味噌炒め丼	豚塩カルビ丼	ガパオ	きのこ入り味噌カツ丼	教養行事
	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 701kcal 25.9g 19.2g 4.9g	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 782kcal 21.5g 36.1g 4.7g	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 677kcal 10.2g 20.4g 3.2g	エネルギー - 蛋白質 脂質 食塩相当量 747kcal 20.8g 20.6g 5.0g	

* 価格は消費税込です。

*当店では、国産米を使用しています。

常設メニュー	カレーライス	¥250	エネルギー : 596kcal	たんぱく質 : 11.4g	脂質 : 10.5g	食塩相当量 : 3.6g
	カツカレー	¥330	エネルギー : 832kcal	たんぱく質 : 19.3g	脂質 : 23.6g	食塩相当量 : 3.6g
	親子丼	¥280	エネルギー : 698kcal	たんぱく質 : 27.6g	脂質 : 17.6g	食塩相当量 : 3.3g
	カツ丼	¥280	エネルギー : 944kcal	たんぱく質 : 27.7g	脂質 : 36.6g	食塩相当量 : 3.9g
	カレーうどん	¥290	エネルギー : 650kcal	たんぱく質 : 15.6g	脂質 : 25.7g	食塩相当量 : 5.6g
	週替わりラーメン					
	味噌 醤油 とんこつ	¥210	エネルギー : 530kcal 432kcal 476kcal	たんぱく質 : 20.0g 17.2g 20.2g	脂質 : 11.9g 6.4g 8.0g	食塩相当量 : 9.4g 7.5g 8.0g
	かけうどん	¥160	エネルギー : 325kcal	たんぱく質 : 10.4g	脂質 : 1.8g	食塩相当量 : 4.1g
	かけそば	¥160	エネルギー : 320kcal	たんぱく質 : 13.3g	脂質 : 2.0g	食塩相当量 : 4.1g
	和麺トッピング各種	¥50	わかめ・ きつねあげ・ かき揚げ			
ライス (210g) ¥100 エネルギー : 386kcal たんぱく質 : 5.8g 脂質 : 0.7g 塩分相当量 : 0.0g						

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。コンパスグループ・ジャパン株式会社

Weekly Menu

2021	11月22日 (月)	11月23日 (火)	11月24日 (水)	11月25日 (木)	11月26日 (金)
Aセット ¥380	高専祭代休	勤労感謝の日	大判唐揚げと 広島県産カキフライ エネルギー： 777kcal 蛋白質： 19.7g 脂質： 29.7g 食塩相当量： 3.3g	予備日	高専祭代休
Bセット ¥320			ブルコギ丼 エネルギー： 734kcal 蛋白質： 24.0g 脂質： 26.8g 食塩相当量： 2.8g		

* 価格は消費税込です。

* 当店では、国産米を使用しています。

常設メニュー	カレーライス	¥250	エネルギー： 596kcal	たんぱく質： 11.4g	脂質： 10.5g	食塩相当量： 3.6g
	カツカレー	¥330	エネルギー： 832kcal	たんぱく質： 19.3g	脂質： 23.6g	食塩相当量： 3.6g
	親子丼	¥280	エネルギー： 698kcal	たんぱく質： 27.6g	脂質： 17.6g	食塩相当量： 3.3g
	カツ丼	¥280	エネルギー： 944kcal	たんぱく質： 27.7g	脂質： 36.6g	食塩相当量： 3.9g
	カレーうどん	¥290	エネルギー： 650kcal	たんぱく質： 15.6g	脂質： 25.7g	食塩相当量： 5.6g
	週替わりラーメン					
	味噌 醤油 とんこつ	¥210	エネルギー： 530kcal 432kcal 476kcal	たんぱく質： 20.0g 17.2g 20.2g	脂質： 11.9g 6.4g 8.0g	食塩相当量： 9.4g 7.5g 8.0g
	かけうどん	¥160	エネルギー： 325kcal	たんぱく質： 10.4g	脂質： 1.8g	食塩相当量： 4.1g
	かけそば	¥160	エネルギー： 320kcal	たんぱく質： 13.3g	脂質： 2.0g	食塩相当量： 4.1g
	和麺トッピング各種	¥50	わかめ・ きつねあげ・ かき揚げ			
ライス (210g) ¥100 エネルギー： 386kcal たんぱく質： 5.8g 脂質： 0.7g 塩分相当量： 0.0g						

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。コンパスグループ・ジャパン株式会社

Weekly Menu

2021	11月29日 (月)	11月30日 (火)		
Aセット ¥380	タンドリーチキン I礼ギ - 蛋白質 脂質 食塩相当量 612kcal 34.3g 14.1g 4.6g	ジャンボ鰯フライ タルタルソース I礼ギ - 蛋白質 脂質 食塩相当量 532kcal 23.9g 30.2g 1.7g		
Bセット ¥320	天津飯(醤油味) I礼ギ - 蛋白質 脂質 食塩相当量 598kcal 18.6g 10.7g 4.3g	豚肉の生姜焼き丼 I礼ギ - 蛋白質 脂質 食塩相当量 653kcal 26.2g 18.4g 3.0g		

* 価格は消費税込です。

*当店では、国産米を使用しています。

常設メニュー	カレーライス	¥250	エネルギー： 596kcal	たんぱく質： 11.4g	脂質： 10.5g	食塩相当量： 3.6g
	カツカレー	¥330	エネルギー： 832kcal	たんぱく質： 19.3g	脂質： 23.6g	食塩相当量： 3.6g
	親子丼	¥280	エネルギー： 698kcal	たんぱく質： 27.6g	脂質： 17.6g	食塩相当量： 3.3g
	カツ丼	¥280	エネルギー： 944kcal	たんぱく質： 27.7g	脂質： 36.6g	食塩相当量： 3.9g
	カレーうどん	¥290	エネルギー： 650kcal	たんぱく質： 15.6g	脂質： 25.7g	食塩相当量： 5.6g
	週替わりラーメン					
	味噌	¥210	エネルギー： 530kcal	たんぱく質： 20.0g	脂質： 11.9g	食塩相当量： 9.4g
	醤油		432kcal	17.2g	6.4g	7.5g
	とんこつ		476kcal	20.2g	8.0g	8.0g
	かけうどん	¥160	エネルギー： 325kcal	たんぱく質： 10.4g	脂質： 1.8g	食塩相当量： 4.1g
	かけそば	¥160	エネルギー： 320kcal	たんぱく質： 13.3g	脂質： 2.0g	食塩相当量： 4.1g
	和麺トッピング各種	¥50	わかめ・ きつねあげ・ かき揚げ			
	ライス (210g)	¥100	エネルギー： 386kcal	たんぱく質： 5.8g	脂質： 0.7g	塩分相当量： 0.0g

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。コンパスグループ・ジャパン株式会社