





# Weekly Menu



2022	1月3日	1月4日	1月5日	1月6日 (木)	1月7日 (金)
Aセット	<div><div></div><div>謹んで新年のお喜びを申し上げます。 本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。</div><div></div></div> <div><div>*お知らせ*</div><div>学校校内のライフライン再生工事に伴いまして、 学生食堂・Yショップフロアーが停電になります。 (停電日: 2022年1月29日-1月30日・2月5日-2月6日・2月19日-2月20日・2月26日-2月27日) つきましては、食材管理の都合上、 月曜日(停電日翌日)のメニューを「選べるカレー」のみとさせていただきます。 その他の曜日は通常メニューです。 お客様には大変ご不便をおかけしまして申し訳ございませんが、 何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。</div></div>			鮭マスタードカツ	根菜ハンバーグと 肉じゃがコロッケ
¥380				<div><div>I値*</div><div>蛋白質</div><div>脂質</div><div>食塩相当量</div></div> <div><div>735kcal</div><div>22.0g</div><div>25.6g</div><div>1.4g</div></div>	<div><div>I値*</div><div>蛋白質</div><div>脂質</div><div>食塩相当量</div></div> <div><div>683kcal</div><div>17.6g</div><div>17.9g</div><div>3.6g</div></div>
Bセット				牛丼	豚キムチ丼
¥320				<div><div>I値*</div><div>蛋白質</div><div>脂質</div><div>食塩相当量</div></div> <div><div>752kcal</div><div>21.5g</div><div>26.8g</div><div>3.4g</div></div>	<div><div>I値*</div><div>蛋白質</div><div>脂質</div><div>食塩相当量</div></div> <div><div>619kcal</div><div>21.7g</div><div>13.5g</div><div>4.9g</div></div>

\*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		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	¥210	エネルギー:	432kcal	たんぱく質:	17.2g	脂質:	6.4g	食塩相当量:	7.5g
	とんこつ		エネルギー:	476kcal	たんぱく質:	20.2g	脂質:	8.0g	食塩相当量:	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

\* 価格は消費税込です。



# Weekly Menu



2022	1月10日 (月)	1月11日 (火)	1月12日 (水)	1月13日 (木)	1月14日 (金)
Aセット	<div>成人の日</div>	ロコモコハンバーグ・	きんぴら焼肉	鶏肉の塩麹焼き	カニクリームコロッケと カキフライ タルタルソース
¥380		I補† - 蛋白質 脂質 食塩相当量 467kcal 14.9g 7.9g 2.1g	I補† - 蛋白質 脂質 食塩相当量 663kcal 25.1g 18.0g 3.5g	I補† - 蛋白質 脂質 食塩相当量 791kcal 40.4g 30.2g 3.9g	I補† - 蛋白質 脂質 食塩相当量 1082kcal 15.9g 63.3g 3.8g
Bセット		三色丼	野菜天丼	のり弁風丼	牛しぐれ煮のとろろ丼
¥320		I補† - 蛋白質 脂質 食塩相当量 633kcal 21.1g 8.5g 2.7g	I補† - 蛋白質 脂質 食塩相当量 688kcal 10.2g 20.1g 3.0g	I補† - 蛋白質 脂質 食塩相当量 663kcal 17.5g 17.7g 5.3g	I補† - 蛋白質 脂質 食塩相当量 594kcal 14.3g 12.8g 3.4g

\* 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



# Weekly Menu



2022	1月17日 (月)				1月18日 (火)				1月19日 (水)				1月20日 (木)				1月21日 (金)			
Aセット	とんかつ				プルコギ(豚肉)				ビーフコロッケと イカリングフライ				<div>研修日</div> <div>常設メニューのみ</div>				<div>研修日</div> <div>常設メニューのみ</div>			
¥380	I値*	蛋白質	脂質	食塩相当量	I値*	蛋白質	脂質	食塩相当量	I値*	蛋白質	脂質	食塩相当量								
	757kcal	22.1 g	28.2 g	2.9 g	638kcal	24.4 g	17.5 g	3.2 g	779kcal	16.4 g	30.4 g	2.5 g								
Bセット	照焼チキン丼				鶏の竜田揚げ丼				天津飯(塩味)				<div>研修日</div> <div>常設メニューのみ</div>				<div>研修日</div> <div>常設メニューのみ</div>			
¥320	I値*	蛋白質	脂質	食塩相当量	I値*	蛋白質	脂質	食塩相当量	I値*	蛋白質	脂質	食塩相当量								
	660kcal	23.3 g	17.6 g	2.8 g	714kcal	22.3 g	20.1 g	4.5 g	651kcal	10.2 g	13.0 g	3.7 g	0kcal	.0 g	.0 g	.0 g	0kcal	.0 g	.0 g	.0 g

\* 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:	11.4 g	脂質:	10.5 g	食塩相当量:	3.6 g
	カツカレー	¥330	エネルギー:	832kcal	たんぱく質:	19.3 g	脂質:	23.6 g	食塩相当量:	3.6 g
	親子丼	¥280	エネルギー:	698kcal	たんぱく質:	27.6 g	脂質:	17.6 g	食塩相当量:	3.3 g
	カツ丼	¥280	エネルギー:	944kcal	たんぱく質:	27.7 g	脂質:	36.6 g	食塩相当量:	3.9 g
	カレーうどん	¥290	エネルギー:	650kcal	たんぱく質:	15.6 g	脂質:	25.7 g	食塩相当量:	5.6 g
	週替わりラーメン									
	味噌		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	¥210	エネルギー:	432kcal	たんぱく質:	17.2g	脂質:	6.4g	食塩相当量:	7.5g
	とんこつ			476kcal	たんぱく質:	20.2g	脂質:	8.0g	食塩相当量:	8.0g
	かけうどん	¥160	エネルギー:	325kcal	たんぱく質:	10.4 g	脂質:	1.8 g	食塩相当量:	4.1 g
	かけそば	¥160	エネルギー:	320kcal	たんぱく質:	13.3 g	脂質:	2.0 g	食塩相当量:	4.1 g
	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:	5.8 g	脂質:	0.7 g	塩分相当量:	0.0 g

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



2022	1月24日 (月)	1月25日 (火)	1月26日 (水)	1月27日 (木)	1月28日 (金)
Aセット	まぐろカツ タルタルソース	チキテキ	牛肉豆腐	ご当地【大分】 中津からあげ	銀ひらすの照焼き
¥380	Ical - 蛋白質 脂質 食塩相当量 845kcal 27.4g 32.6g 4.0g	Ical - 蛋白質 脂質 食塩相当量 806kcal 37.0g 26.8g 5.4g	Ical - 蛋白質 脂質 食塩相当量 782kcal 29.0g 30.7g 4.1g	Ical - 蛋白質 脂質 食塩相当量 867kcal 38.9g 32.3g 3.8g	Ical - 蛋白質 脂質 食塩相当量 948kcal 36.8g 43.2g 3.8g
Bセット	鶏肉のチリソース丼	いか天丼	ソース焼きそばとチヂミ	ミートドリア	味噌カツ丼
¥320	Ical - 蛋白質 脂質 食塩相当量 850kcal 33.0g 32.9g 3.0g	Ical - 蛋白質 脂質 食塩相当量 721kcal 19.1g 17.2g 3.5g	Ical - 蛋白質 脂質 食塩相当量 374kcal 10.2g 13.6g 5.0g	Ical - 蛋白質 脂質 食塩相当量 629kcal 17.8g 25.7g 3.2g	Ical - 蛋白質 脂質 食塩相当量 741kcal 20.4g 20.7g 4.2g

\* 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



2022	1月31日 (月)				
Aセット	<b>選べるカレー</b>  <b>(サラダ付)</b>  <b>¥320</b>	<b>(サラダ付)</b>  			
¥380					
Bセット					
¥320					

\* 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:	11.4 g	脂質:	10.5 g	食塩相当量:	3.6 g
	カツカレー	¥330	エネルギー:	832kcal	たんぱく質:	19.3 g	脂質:	23.6 g	食塩相当量:	3.6 g
	親子丼	¥280	エネルギー:	698kcal	たんぱく質:	27.6 g	脂質:	17.6 g	食塩相当量:	3.3 g
	カツ丼	¥280	エネルギー:	944kcal	たんぱく質:	27.7 g	脂質:	36.6 g	食塩相当量:	3.9 g
	カレーうどん	¥290	エネルギー:	650kcal	たんぱく質:	15.6 g	脂質:	25.7 g	食塩相当量:	5.6 g
	週替わりラーメン									
	味噌		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	¥210	エネルギー:	432kcal	たんぱく質:	17.2g	脂質:	6.4g	食塩相当量:	7.5g
	とんこつ		エネルギー:	476kcal	たんぱく質:	20.2g	脂質:	8.0g	食塩相当量:	8.0g
	かけうどん	¥160	エネルギー:	325kcal	たんぱく質:	10.4 g	脂質:	1.8 g	食塩相当量:	4.1 g
	かけそば	¥160	エネルギー:	320kcal	たんぱく質:	13.3 g	脂質:	2.0 g	食塩相当量:	4.1 g
	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:	5.8 g	脂質:	0.7 g	塩分相当量:	0.0 g

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