

# Weekly Menu



	6月29日 (月)	6月30日 (火)	7月1日 (水)	7月2日 (木)	7月3日 (金)
30 Aランチ			鶏肉の一味唐辛子焼き (ご飯・味噌汁付) ¥430	白身魚の唐揚げ ぼん酢仕立て (ご飯・味噌汁付) ¥430	鶏肉の南蛮漬け (ご飯・味噌汁付) ¥430
			エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 670kcal 29.6g 18.9g 95.5g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 529kcal 21.8g 11.4g 89.0g 3.1g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 658kcal 22.6g 17.0g 104.5g 3.5g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>
06 Bランチ			豚ブルコギ丼 (味噌汁付) ¥380	中華丼 (味噌汁付) ¥380	豚肉のレモン醤油丼 (味噌汁付) ¥380
			エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 534kcal 16.8g 8.8g 97.9g 2.4g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 570kcal 17.7g 9.2g 106.2g 5.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 638kcal 26.6g 15.4g 100.5g 4.4g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>
カレー			カレーライス (中辛) ¥300	カレーライス (中辛) ¥300	カレーライス (中辛) ¥300
			エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>
カレー			ポークカツカレー ¥380	ポークカツカレー ¥380	ポークカツカレー ¥380
			エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>
丼			かつ丼 ¥350	かつ丼 ¥350	かつ丼 ¥350
			エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>
中華麺			醤油ラーメン ¥250	醤油ラーメン ¥250	醤油ラーメン ¥250
			エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 392kcal 15.4g 3.7g 70.8g 6.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 392kcal 15.4g 3.7g 70.8g 6.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 392kcal 15.4g 3.7g 70.8g 6.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>
和麺			冷やしうどん・そば ¥250	冷やしうどん・そば ¥250	冷やしうどん・そば ¥250
			エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>
ご飯			ライス中(210g) ¥120	ライス中(210g) ¥120	ライス中(210g) ¥120
			エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くみ>



\*表示価格は税込です。\*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。

\*アレルギー表示について：「小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かに・くみ」を含む設備で調理しており、メニュー変更の際、表示が出来ない場合がございます。あらかじめご了承下さいますようお願い申し上げます。

# Weekly Menu



	7月6日 (月)	7月7日 (火)	7月8日 (水)	7月9日 (木)	7月10日 (金)
<b>30 Aランチ</b>	<b>LYCO PENE</b> トマトスープ de 煮込みハンバーグ (ご飯・味噌汁付) ¥430 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 637kcal 20.6g 17.8g 101.9g 4.5g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>ピックメンチカツ</b> (ご飯・味噌汁付) ¥430 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 862kcal 20.0g 36.4g 117.6g 2.7g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>鶏肉と野菜の卵炒め</b> (ご飯・味噌汁付) ¥430 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 742kcal 26.9g 27.4g 101.1g 3.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>豚ロースの竜田揚げ</b> (ご飯・味噌汁付) ¥430 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 678kcal 23.6g 22.4g 99.6g 2.5g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>LYCO PENE</b> ロゼクリームチキン (ご飯・味噌汁付) ¥430 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 646kcal 27.7g 12.0g 108.8g 3.5g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>30 Bランチ</b>	<b>イカ天丼</b> (味噌汁付) ¥380 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 601kcal 18.4g 12.8g 105.7g 3.4g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>ガパオライス</b> (味噌汁付) ¥380 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 575kcal 24.5g 17.3g 84.0g 3.3g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>豚丼</b> (味噌汁付) ¥380 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 635kcal 23.2g 14.2g 105.2g 5.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>鶏肉さんぴら丼</b> (味噌汁付) ¥380 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 604kcal 18.9g 12.0g 102.8g 3.1g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>豚肉の細切り飯</b> (味噌汁付) ¥380 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 592kcal 19.0g 13.6g 100.7g 4.3g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>カレー</b>	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>カレー</b>	<b>ポークカツカレー</b> ¥380 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>ポークカツカレー</b> ¥380 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>ポークカツカレー</b> ¥380 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>ポークカツカレー</b> ¥380 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>ポークカツカレー</b> ¥380 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>丼</b>	<b>かつ丼</b> ¥350 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>かつ丼</b> ¥350 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>かつ丼</b> ¥350 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>かつ丼</b> ¥350 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>かつ丼</b> ¥350 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>中華麺</b>	<b>とんこつラーメン</b> ¥250 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 413kcal 15.7g 5.5g 71.5g 8.6g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>とんこつラーメン</b> ¥250 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 413kcal 15.7g 5.5g 71.5g 8.6g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>とんこつラーメン</b> ¥250 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 413kcal 15.7g 5.5g 71.5g 8.6g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>とんこつラーメン</b> ¥250 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 413kcal 15.7g 5.5g 71.5g 8.6g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>とんこつラーメン</b> ¥250 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 413kcal 15.7g 5.5g 71.5g 8.6g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>和麺</b>	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>ご飯</b>	<b>ライス中(210g)</b> ¥120 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>ライス中(210g)</b> ¥120 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>ライス中(210g)</b> ¥120 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>ライス中(210g)</b> ¥120 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	<b>ライス中(210g)</b> ¥120 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>

\*表示価格は税込です。\*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。

\*アレルギー表示について: 「小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かに・くすみ」を含む設備で調理しております。メニュー変更の際、表示が出来ない場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。よろしくお願い申し上げます。

# Weekly Menu



	7月13日 (月)	7月14日 (火)	7月15日 (水)	7月16日 (木)	7月17日 (金)
<b>Aランチ</b>	<b>とんかつ</b> (ご飯・味噌汁付) ¥430	<b>管理栄養士監修メニュー</b> <b>夏野菜の麻婆炒め</b> (ご飯・味噌汁付) ¥430	<b>チキンの味噌マヨネーズソース</b> (ご飯・味噌汁付) ¥430	<b>豚挽肉と春雨のオイスターソース</b> (ご飯・味噌汁付) ¥430	<b>【アメリカ】パッファローチキン</b> (ご飯・味噌汁付) ¥430
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 585kcal 16.0g 13.6g 103.4g 2.3g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 626kcal 18.4g 19.7g 99.6g 3.1g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 733kcal 29.7g 29.5g 91.9g 3.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 707kcal 15.8g 22.7g 115.0g 4.5g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 931kcal 36.7g 35.9g 117.6g 3.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>Bランチ</b>	<b>チャーハンWITH肉そぼろ</b> (味噌汁付) ¥380	<b>チキン南蛮丼</b> (味噌汁付) ¥380	<b>スタミナ丼</b> (味噌汁付) ¥380	<b>3色丼</b> (味噌汁付) ¥380	<b>豚の生姜焼き丼</b> (味噌汁付) ¥380
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 614kcal 20.5g 17.1g 94.9g 5.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 853kcal 29.0g 28.5g 118.2g 2.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 637kcal 21.0g 13.6g 107.4g 3.4g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 34.0g 26.2g 99.2g 3.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 582kcal 21.6g 13.4g 96.2g 3.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>カレー</b>	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>カレー</b>	<b>ポークカツカレー</b> ¥380	<b>ポークカツカレー</b> ¥380	<b>ポークカツカレー</b> ¥380	<b>ポークカツカレー</b> ¥380	<b>ポークカツカレー</b> ¥380
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>丼</b>	<b>かつ丼</b> ¥350	<b>かつ丼</b> ¥350	<b>かつ丼</b> ¥350	<b>かつ丼</b> ¥350	<b>かつ丼</b> ¥350
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>中華麺</b>	<b>味噌ラーメン</b> ¥250	<b>味噌ラーメン</b> ¥250	<b>味噌ラーメン</b> ¥250	<b>味噌ラーメン</b> ¥250	<b>味噌ラーメン</b> ¥250
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 431kcal 17.1g 5.2g 75.5g 10.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 431kcal 17.1g 5.2g 75.5g 10.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 431kcal 17.1g 5.2g 75.5g 10.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 431kcal 17.1g 5.2g 75.5g 10.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 431kcal 17.1g 5.2g 75.5g 10.2g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>和麺</b>	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>
<b>ご飯</b>	<b>ライス中(210g)</b> ¥120	<b>ライス中(210g)</b> ¥120	<b>ライス中(210g)</b> ¥120	<b>ライス中(210g)</b> ¥120	<b>ライス中(210g)</b> ¥120
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに <くすみ>

\*表示価格は税込です。\*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。

\*アレルギー表示について: 「小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かに・くすみ」を含む設備で調理しております。メニュー変更の際、表示が出来ない場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。\*



# Weekly Menu



	7月27日 (月)	7月28日 (火)	7月29日 (水)	7月30日 (木)	7月31日 (金)	
<b>Aランチ</b>	<b>メンチカツレツ 粒マスタードソース</b> (ご飯・味噌汁付) ¥430 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 835kcal 20.0g 32.9g 118.7g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>【国際フレンドシップデー】 シンガポールチキン</b> (ご飯・味噌汁付) ¥430 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 601kcal 37.5g 3.8g 103.4g 5.5g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<h2>～予備日～</h2>	<b>牛肉とニラのガーリック炒め</b> (ご飯・味噌汁付) ¥430 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 632kcal 18.9g 24.4g 88.4g 4.1g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>鶏肉の香り焼きと夏野菜の トマトチリソース</b> LYCO PENE (ご飯・味噌汁付) ¥430 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 625kcal 32.2g 11.2g 102.8g 4.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	
<b>Bランチ</b>	<b>親子丼</b> (味噌汁付) ¥380 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 695kcal 31.4g 20.2g 97.8g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>豚ブルコギ丼</b> (味噌汁付) ¥380 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 546kcal 17.7g 10.0g 97.3g 2.3g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>		<b>タコライス (豚挽肉と大豆ミート)</b> (味噌汁付) ¥380 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 567kcal 21.8g 10.6g 98.4g 2.9g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>ウインナーのカレーピラフ</b> (味噌汁付) ¥380 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 577kcal 14.8g 13.4g 101.1g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	
<b>カレー</b>	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>		<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>カレーライス (中辛)</b> ¥300 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 561kcal 8.9g 10.5g 110.8g 4.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>
<b>カレー</b>	<b>ポークカツカレー</b> ¥380 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>ポークカツカレー</b> ¥380 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>		<b>ポークカツカレー</b> ¥380 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>ポークカツカレー</b> ¥380 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>ポークカツカレー</b> ¥380 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 771kcal 14.5g 22.3g 131.0g 4.8g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>
<b>丼</b>	<b>かつ丼</b> ¥350 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>かつ丼</b> ¥350 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>		<b>かつ丼</b> ¥350 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>かつ丼</b> ¥350 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>かつ丼</b> ¥350 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 735kcal 20.6g 18.4g 123.6g 3.7g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>
<b>中華麺</b>	<b>とんこつラーメン</b> ¥250 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 413kcal 15.7g 5.5g 71.5g 8.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>とんこつラーメン</b> ¥250 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 413kcal 15.7g 5.5g 71.5g 8.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>とんこつラーメン</b> ¥250 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 413kcal 15.7g 5.5g 71.5g 8.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>とんこつラーメン</b> ¥250 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 413kcal 15.7g 5.5g 71.5g 8.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>とんこつラーメン</b> ¥250 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 413kcal 15.7g 5.5g 71.5g 8.6g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	
<b>和麺</b>	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>冷やしうどん・そば</b> ¥250 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 345kcal 11.0g 1.3g 72.3g 5.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	
<b>ご飯</b>	<b>ライス中(210g)</b> ¥120 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>ライス中(210g)</b> ¥120 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>ライス中(210g)</b> ¥120 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>ライス中(210g)</b> ¥120 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	<b>ライス中(210g)</b> ¥120 <small>エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 328kcal 5.3g 0.6g 77.9g 0.0g アレルギー 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに &lt;くすみ&gt;</small>	

\*表示価格は税込です。\*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。

\*アレルギー表示について: 「小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かに・くすみ」を含む設備で調理しております。メニュー変更の際、表示が出来ない場合がございます。あらかじめご了承くださいませ。よろしくお願い申し上げます。