



	11月3日 (月)	11月4日 (火)	11月5日 (水)	11月6日 (木)	11月7日 (金)
○ Aランチ			白身魚フライとポテトコロッケ (ご飯・味噌汁付) ¥430	豚焼肉ともやしのねぎソース (ご飯・味噌汁付) ¥430	鶏の照り焼き (ご飯・味噌汁付) ¥430
○ Bランチ			エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量 768kcal 23.4g 22.2g 120.8g 4.0g 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ●	エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量 615kcal 24.0g 15.1g 97.1g 4.0g 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ●	エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量 727kcal 29.3g 29.2g 88.8g 3.4g 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ●
△ カレー			スタミナ丼 (味噌汁付) ¥380	チキン南蛮丼 (味噌汁付) ¥380	豚塩カルビ丼 (味噌汁付) ¥380
△ カレー			エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量 728kcal 21.3g 14.7g 132.3g 3.4g 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ●	エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量 823kcal 26.2g 25.6g 124.8g 2.7g 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ●	エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量 648kcal 18.6g 22.7g 96.0g 2.7g 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ●
○ 丼			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
○ 中華麺			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 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ●	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 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ●	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 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ●
△ 和麺			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
△ ご飯			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 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ● ●	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 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ● ●	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 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ● ●
○ かつ丼			かつ丼 ¥350	かつ丼 ¥350	かつ丼 ¥350
○ 醤油ラーメン			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 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ● ●	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 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ● ●	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 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ● ●
△ かけうどん・そば			醤油ラーメン ¥250	醤油ラーメン ¥250	醤油ラーメン ¥250
△ かけうどん・そば			エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量 407kcal 16.0g 4.0g 72.5g 6.4g 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ● ●	エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量 407kcal 16.0g 4.0g 72.5g 6.4g 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ● ●	エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量 407kcal 16.0g 4.0g 72.5g 6.4g 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ● ●
△ ライス中(210g)			かけうどん・そば ¥250	かけうどん・そば ¥250	かけうどん・そば ¥250
△ ライス中(210g)			エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量 351kcal 12.8g 2.1g 66.9g 4.2g 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ● ●	エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量 351kcal 12.8g 2.1g 66.9g 4.2g 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ● ●	エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量 351kcal 12.8g 2.1g 66.9g 4.2g 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ● ● ●
△ ライス中(210g)			ライス中(210g) ¥120	ライス中(210g) ¥120	ライス中(210g) ¥120
△ ライス中(210g)			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 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ●	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 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ●	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 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ アレルゲン ●

*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・くるみ」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。あらかじめご了承下さいます様お願い申し上げます。

Weekly Menu



	11月10日 (月)	11月11日 (火)	11月12日 (水)	11月13日 (木)	11月14日 (金)
○ Aランチ	気仙沼カツオカツ (ご飯・味噌汁付) ¥430	チキンステーキ ワイン ブルギニヨンソース 料理 (ご飯・味噌汁付) ¥430	揚げ餃子の四川ソース (ご飯・味噌汁付) ¥430	ポークチャップ (ご飯・味噌汁付) ¥430	鶏すき煮 (ご飯・味噌汁付) ¥430
○ Bランチ	ロコモコハンバーグ 目玉焼き添え (味噌汁付) ¥380	オムライス オ 二オソース (味噌汁付) ¥380	タイ風 生姜炒めご飯 (味噌汁付) ¥380	鶏肉の 鶏の竜田揚げ丼 (味噌汁付) ¥380	大豆ミート使用 タコライス (味噌汁付) ¥380
○ 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	カレーライス(中辛) ¥300	カレーライス(中辛) ¥300
○ 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	ポークカツカレー ¥380	ポークカツカレー ¥380
○ 丼	かつ丼 ¥350	かつ丼 ¥350	かつ丼 ¥350	かつ丼 ¥350	かつ丼 ¥350
○ 中華麺	とんこつラーメン ¥250	とんこつラーメン ¥250	とんこつラーメン ¥250	とんこつラーメン ¥250	とんこつラーメン ¥250
○ 和麺	かけうどん・そば ¥250	かけうどん・そば ¥250	かけうどん・そば ¥250	かけうどん・そば ¥250	かけうどん・そば ¥250
ご飯	ライス中(210g) ¥120	ライス中(210g) ¥120	ライス中(210g) ¥120	ライス中(210g) ¥120	ライス中(210g) ¥120

*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・くるみ」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。あらかじめご了承下さいます様お願い申し上げます。

Weekly Menu



	11月17日 (月)	11月18日 (火)	11月19日 (水)	11月20日 (木)	11月21日 (金)
○ Aランチ	パンで煮込みバーグ <small>料理</small> (ご飯・味噌汁付) ¥430	豚挽肉とさつまいものカレー仕立て <small>毎週水曜日おこないます</small> (ご飯・味噌汁付) ¥430	メンチカツのとろろグラタン仕立て (ご飯・味噌汁付) ¥430	ソーセージとざく切り野菜のボトフ (ご飯・味噌汁付) ¥430	白身魚と旬野菜の南蛮チリソース <small>毎週木曜日おこないます</small> (ご飯・味噌汁付) ¥430
○ Bランチ	海鮮炒飯 (味噌汁付) ¥380	鶏天丼 <small>人気メニュー</small> (味噌汁付) ¥380	麻婆茄子丼 (味噌汁付) ¥380	鶏の照り焼き丼 (味噌汁付) ¥380	大豆ミート使用肉味噌温玉丼 <small>毎週火曜日おこないます</small> (味噌汁付) ¥380
○ 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	カレーライス(中辛) ¥300	カレーライス(中辛) ¥300
○ 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	ポークカツカレー ¥380	ポークカツカレー ¥380
○ 丼	かつ丼 ¥350	かつ丼 ¥350	かつ丼 ¥350	かつ丼 ¥350	かつ丼 ¥350
○ 中華麺	味噌ラーメン ¥250	味噌ラーメン ¥250	味噌ラーメン ¥250	味噌ラーメン ¥250	味噌ラーメン ¥250
○ 和麺	かけうどん・そば ¥250	かけうどん・そば ¥250	かけうどん・そば ¥250	かけうどん・そば ¥250	かけうどん・そば ¥250
ご飯	ライス中(210g) ¥120	ライス中(210g) ¥120	ライス中(210g) ¥120	ライス中(210g) ¥120	ライス中(210g) ¥120

*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・くるみ」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。あらかじめご了承下さいます様お願い申し上げます。

Weekly Menu



11月24日
(月)

Aランチ

Bランチ

カレー

中華麺

和麺

ご飯

11月25日
(火)

牛肉の南蛮焼き

(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
685kcal 18.2g 26.3g 97.5g 2.8g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

三色丼
(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
584kcal 19.0g 10.8g 105.8g 3.6g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
407kcal 16.0g 4.0g 72.5g 6.4g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

かけうどん・そば
¥250

エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量
351kcal 12.8g 2.1g 66.9g 4.2g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

11月26日
(水)

鶏の唐揚げ 甘辛だれ

(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
741kcal 33.0g 26.0g 95.9g 4.7g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

豚キムチ丼
(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
662kcal 22.4g 14.9g 113.7g 4.9g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
407kcal 16.0g 4.0g 72.5g 6.4g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

かけうどん・そば
¥250

エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量
351kcal 12.8g 2.1g 66.9g 4.2g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

11月27日
(木)

豚肉と豆腐の
オイスターソースうま煮

(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
771kcal 27.8g 28.9g 103.5g 5.7g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

親子丼
(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
675kcal 27.8g 16.9g 103.0g 4.7g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
407kcal 16.0g 4.0g 72.5g 6.4g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

かけうどん・そば
¥250

エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量
351kcal 12.8g 2.1g 66.9g 4.2g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

11月28日
(金)

チキンソテー
おろしソース

(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
653kcal 29.8g 18.8g 94.2g 3.8g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

ハヤシライス
(人気メニュー)
(サラダ付) ¥380

エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量
567kcal 12.2g 13.9g 102.2g 2.2g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
407kcal 16.0g 4.0g 72.5g 6.4g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

かけうどん・そば
¥250

エネルギー たんぱく質 脂 質 炭水化物 食塩相当量
351kcal 12.8g 2.1g 66.9g 4.2g
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

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
アレルゲン 小麦 卵 乳 そば 落花生 えび かに くるみ

*アレルギー表示について：「小麦・卵・乳・そば・落花生・えび・かに・くるみ」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。あらかじめご了承下さいませ。

*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。