



Weekly Menu

Welcome to cafeteria. We wish you'll be healthy. Please enjoy your meal !



	9月21日 (月)	9月22日 (火)	9月23日 (水)	9月24日 (木)	9月25日 (金)
ヘルシー ¥360				揚げ出し豆腐の五目あんかけ	高野豆腐の生姜家常豆腐
エネルギー 328kcal たんぱく質 18.4g 脂 質 22.3g 炭水化物 16.4g 食塩相当量 2.7g				エネルギー 229kcal たんぱく質 12.3g 脂 質 9.6g 炭水化物 27.2g 食塩相当量 1.3g	
豚肉の生姜焼き				鶏天 しそ風味	
エネルギー 216kcal たんぱく質 11.8g 脂 質 10.9g 炭水化物 18.5g 食塩相当量 2.2g				エネルギー 295kcal たんぱく質 27.2g 脂 質 15.9g 炭水化物 13.2g 食塩相当量 0.3g	
タコライス(豚挽肉と大豆ミート)				ポークカレー(辛口)	
エネルギー 455kcal たんぱく質 18.5g 脂 質 9.1g 炭水化物 79.0g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 580kcal たんぱく質 13.6g 脂 質 14.4g 炭水化物 100.7g 食塩相当量 3.3g				
お弁当 (ご飯・味噌汁付) ¥600				ヒレカツ	白身魚フライ
エネルギー 733kcal たんぱく質 40.3g 脂 質 23.0g 炭水化物 95.1g 食塩相当量 3.7g				エネルギー 565kcal たんぱく質 20.8g 脂 質 15.7g 炭水化物 87.7g 食塩相当量 3.2g	
パスタ ¥470				和風明太子パスタ	ナポリタン
エネルギー 512kcal たんぱく質 20.5g 脂 質 12.8g 炭水化物 82.7g 食塩相当量 3.9g				エネルギー 622kcal たんぱく質 19.7g 脂 質 15.0g 炭水化物 106.9g 食塩相当量 4.9g	
常設カレー	カレー ¥410 / ミニカレー ¥260				
和麺 ¥450				けんちんうどん	カレーうどん
エネルギー 461kcal たんぱく質 14.5g 脂 質 5.7g 炭水化物 89.3g 食塩相当量 5.6g				エネルギー 613kcal たんぱく質 15.7g 脂 質 19.2g 炭水化物 95.4g 食塩相当量 5.9g	
常設和麺	ミニうどん・そば ¥320 / うどん・そば ¥390 (SP和麺提供日は¥450)				
中華麺 ¥460 ミニ¥380				高菜とんこつラーメン	揚げワンタン麺
エネルギー 539kcal たんぱく質 21.2g 脂 質 15.8g 炭水化物 75.1g 食塩相当量 9.5g				エネルギー 457kcal たんぱく質 17.9g 脂 質 6.9g 炭水化物 78.1g 食塩相当量 6.8g	
	ご飯・五穀ご飯 小140円・大160円	味噌汁70円 稲荷寿司(2ヶ)120円	冷奴・青菜のお浸し 60円	サラダ 140円	

* 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