



Weekly Menu

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



	12月15日 (月)	12月16日 (火)	12月17日 (水)	12月18日 (木)	12月19日 (金)
ヘルシー ¥360	鶏肉と野菜の柚子クリーム煮 <small>エネルギー 253kcal たんぱく質 17.4g 脂 質 15.6g 炭水化物 11.8g 食塩相当量 1.4g</small>	ソイミートの麻婆豆腐 <small>エネルギー 293kcal たんぱく質 18.4g 脂 質 15.0g 炭水化物 21.0g 食塩相当量 3.8g</small>	鯖の香味ソース <small>エネルギー 283kcal たんぱく質 15.4g 脂 質 28.2g 炭水化物 10.8g 食塩相当量 1.2g</small>	五目団子と根菜の煮物 <small>エネルギー 159kcal たんぱく質 7.5g 脂 質 3.6g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 2.3g</small>	高野豆腐の生姜家常豆腐 <small>エネルギー 240kcal たんぱく質 12.4g 脂 質 9.9g 炭水化物 26.9g 食塩相当量 1.1g</small>
アラカルト ¥360	揚げ餃子の豆板醤ソース <small>エネルギー 292kcal たんぱく質 7.4g 脂 質 18.6g 炭水化物 22.7g 食塩相当量 2.3g</small>	豚肉ともやしのねぎソース <small>エネルギー 233kcal たんぱく質 14.3g 脂 質 11.6g 炭水化物 16.4g 食塩相当量 2.6g</small>	日本唐揚協会認定【大分】ゆず胡椒から揚げ(4個) <small>エネルギー 367kcal たんぱく質 21.2g 脂 質 21.5g 炭水化物 21.7g 食塩相当量 1.7g</small>	豚肉の生姜焼き <small>エネルギー 209kcal たんぱく質 11.3g 脂 質 10.6g 炭水化物 16.2g 食塩相当量 2.2g</small>	鶏天 しそ風味 <small>エネルギー 361kcal たんぱく質 21.6g 脂 質 26.9g 炭水化物 7.8g 食塩相当量 1.2g</small>
どんぶり ¥460 ミニ¥290			ブルコギ丼 <small>エネルギー 492kcal たんぱく質 12.8g 脂 質 8.6g 炭水化物 94.6g 食塩相当量 1.6g</small> ¥550		塩レモン豚しゃぶの麦めしサラダボウル <small>エネルギー 582kcal たんぱく質 15.1g 脂 質 22.3g 炭水化物 83.2g 食塩相当量 2.1g</small> ¥550
お弁当 (ご飯・味噌汁付) ¥600	とんかつ <small>エネルギー 600kcal たんぱく質 15.7g 脂 質 17.5g 炭水化物 96.2g 食塩相当量 4.3g</small>	和風おろしハンバーグ <small>エネルギー 693kcal たんぱく質 24.3g 脂 質 27.1g 炭水化物 90.2g 食塩相当量 6.0g</small>	メンチカツ <small>エネルギー 720kcal たんぱく質 21.0g 脂 質 30.2g 炭水化物 92.8g 食塩相当量 4.1g</small>	油淋鶏 <small>エネルギー 842kcal たんぱく質 33.8g 脂 質 38.2g 炭水化物 92.0g 食塩相当量 4.8g</small>	白身魚フライ <small>エネルギー 636kcal たんぱく質 23.1g 脂 質 17.2g 炭水化物 96.9g 食塩相当量 5.3g</small>
パスタ ¥470	グリル野菜のスパゲティアラビアータ <small>エネルギー 495kcal たんぱく質 15.7g 脂 質 7.8g 炭水化物 95.4g 食塩相当量 3.3g</small>	ソーセージとじゃが芋のカレークリームパスタ <small>エネルギー 639kcal たんぱく質 21.6g 脂 質 20.3g 炭水化物 95.6g 食塩相当量 3.7g</small>	サラダチキンと豆苗のペペロンチーノ <small>エネルギー 736kcal たんぱく質 19.8g 脂 質 37.2g 炭水化物 82.5g 食塩相当量 3.4g</small>	明太子と高菜の和風パスタ <small>エネルギー 537kcal たんぱく質 20.1g 脂 質 13.0g 炭水化物 86.5g 食塩相当量 5.0g</small>	ナポリタン <small>エネルギー 626kcal たんぱく質 18.3g 脂 質 14.0g 炭水化物 110.7g 食塩相当量 4.9g</small> ¥550
常設カレー		カレー ¥410 / ミニカレー ¥260			
日替り カレー ¥470	山菜うどん <small>エネルギー 373kcal たんぱく質 10.0g 脂 質 1.8g 炭水化物 75.2g 食塩相当量 5.5g</small> ミニ ¥310	竹輪天うどん <small>エネルギー 530kcal たんぱく質 13.7g 脂 質 10.4g 炭水化物 89.4g 食塩相当量 5.0g</small> ミニ ¥310	みぞれきのこうどん <small>エネルギー 381kcal たんぱく質 12.8g 脂 質 4.6g 炭水化物 70.0g 食塩相当量 6.1g</small> ミニ ¥310	けんちんうどん <small>エネルギー 445kcal たんぱく質 12.4g 脂 質 3.5g 炭水化物 88.5g 食塩相当量 4.8g</small> ミニ ¥310	カレーうどん <small>エネルギー 552kcal たんぱく質 13.9g 脂 質 15.0g 炭水化物 86.9g 食塩相当量 3.5g</small> ミニ ¥310
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	焼きあごだしの塩ラーメン <small>エネルギー 425kcal たんぱく質 18.7g 脂 質 3.6g 炭水化物 75.4g 食塩相当量 7.9g</small>	味噌コーンわかめラーメン <small>エネルギー 515kcal たんぱく質 20.3g 脂 質 8.6g 炭水化物 87.0g 食塩相当量 8.9g</small>	もやしあんかけラーメン <small>エネルギー 482kcal たんぱく質 17.5g 脂 質 9.4g 炭水化物 77.3g 食塩相当量 7.5g</small>	にらそば <small>エネルギー 595kcal たんぱく質 22.6g 脂 質 17.1g 炭水化物 84.2g 食塩相当量 8.9g</small>	ワンタン麺 <small>エネルギー 483kcal たんぱく質 19.4g 脂 質 7.9g 炭水化物 80.0g 食塩相当量 7.3g</small>
	ご飯・五穀ご飯 小140円・大160円	味噌汁70円 稻荷寿司(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