



	4月15日 (月)	4月16日 (火)	4月17日 (水)	4月18日 (木)	4月19日 (金)	
ヘルシー ¥360	豚キムチ炒め <small>エネルギー 220kcal たんぱく質 12.7g 脂質 12.0g 炭水化物 15.3g 食塩相当量 2.2g</small>	鯖の照り焼き <small>エネルギー 200kcal たんぱく質 15.2g 脂質 11.7g 炭水化物 4.7g 食塩相当量 1.2g</small>	焼きキャベツメンチカツ <small>エネルギー 210kcal たんぱく質 14.2g 脂質 11.2g 炭水化物 15.1g 食塩相当量 1.2g</small>	海老と玉子と 春雨の中華炒め <small>エネルギー 205kcal たんぱく質 10.2g 脂質 13.2g 炭水化物 20.7g 食塩相当量 1.7g</small>	鶏むね肉のクリーム煮 <small>エネルギー 200kcal たんぱく質 21.2g 脂質 5.2g 炭水化物 20.2g 食塩相当量 1.1g</small>	
アラカルト ¥360	BBQチキン <small>エネルギー 310kcal たんぱく質 21.2g 脂質 20.2g 炭水化物 17.2g 食塩相当量 1.0g</small>	鶏肉の胡麻風味焼き <small>エネルギー 200kcal たんぱく質 20.1g 脂質 13.7g 炭水化物 10.2g 食塩相当量 1.4g</small>	日本唐揚協会認定【大分】 ゆず胡椒から揚げ <small>エネルギー 202kcal たんぱく質 21.1g 脂質 22.2g 炭水化物 23.2g 食塩相当量 0.7g</small>	とんかつ <small>エネルギー 200kcal たんぱく質 8.2g 脂質 13.2g 炭水化物 20.1g 食塩相当量 5.0g</small>	八宝菜 <small>エネルギー 187kcal たんぱく質 6.2g 脂質 6.2g 炭水化物 18.2g 食塩相当量 3.2g</small>	
どんぶり ¥460 ミニ¥290		チャーハンWITH豚の生姜焼き <small>エネルギー 280kcal たんぱく質 17.2g 脂質 18.2g 炭水化物 35.2g 食塩相当量 4.1g</small>	チキン ジャンバラヤ <small>エネルギー 740kcal たんぱく質 28.2g 脂質 28.2g 炭水化物 108.2g 食塩相当量 4.8g</small>	ビビンバ <small>エネルギー 870kcal たんぱく質 28.2g 脂質 20.2g 炭水化物 103.2g 食塩相当量 4.3g</small>	蒸し鶏と白菜キムチ丼 <small>エネルギー 180kcal たんぱく質 17.2g 脂質 3.2g 炭水化物 28.1g 食塩相当量 3.7g</small>	
お弁当 (ご飯・味噌汁付) ¥600	おろしハンバーグ <small>エネルギー 710kcal たんぱく質 24.2g 脂質 28.2g 炭水化物 102.2g 食塩相当量 7.3g</small>	アジフライとイカカツ <small>エネルギー 780kcal たんぱく質 25.2g 脂質 28.2g 炭水化物 102.2g 食塩相当量 4.0g</small>	チキンのみそ焼き <small>エネルギー 800kcal たんぱく質 28.2g 脂質 28.2g 炭水化物 111.2g 食塩相当量 3.0g</small>	クリームコロッケ <small>エネルギー 870kcal たんぱく質 18.2g 脂質 48.1g 炭水化物 111.2g 食塩相当量 4.3g</small>	ヒレカツ <small>エネルギー 840kcal たんぱく質 18.2g 脂質 10.2g 炭水化物 101.2g 食塩相当量 3.2g</small>	
パスタ ¥470	【アルポルト監修】 ごろっとお肉のミートソースDON ¥550 <small>エネルギー 710kcal たんぱく質 21.2g 脂質 28.2g 炭水化物 77.2g 食塩相当量 4.0g</small>	チーズのトマトソース スパゲティ <small>エネルギー 440kcal たんぱく質 18.2g 脂質 5.2g 炭水化物 71.2g 食塩相当量 3.2g</small>	ベーコンと白菜の クリームスパゲティ <small>エネルギー 820kcal たんぱく質 18.2g 脂質 22.2g 炭水化物 73.2g 食塩相当量 1.0g</small>	金沢風カレー ¥550 <small>エネルギー 700kcal たんぱく質 16.2g 脂質 22.2g 炭水化物 103.2g 食塩相当量 4.0g</small>	【仙台】麻婆豆腐焼きそば ¥550 <small>エネルギー 710kcal たんぱく質 20.2g 脂質 20.2g 炭水化物 85.2g 食塩相当量 3.4g</small>	
常設カレー	カレー ¥410 / ミニカレー ¥260					
日替り カレー ¥470	豚しゃぶカレー <small>エネルギー 490kcal たんぱく質 12.2g 脂質 28.2g 炭水化物 104.2g 食塩相当量 5.2g</small>	温玉チーズカレー <small>エネルギー 710kcal たんぱく質 21.2g 脂質 21.2g 炭水化物 112.2g 食塩相当量 5.2g</small>	フィッシュフライカレー <small>エネルギー 490kcal たんぱく質 14.2g 脂質 11.2g 炭水化物 114.2g 食塩相当量 4.2g</small>	コロッケカレー <small>エネルギー 880kcal たんぱく質 18.2g 脂質 48.2g 炭水化物 108.2g 食塩相当量 5.1g</small>		
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	塩ラーメン <small>エネルギー 310kcal たんぱく質 11.2g 脂質 11.2g 炭水化物 33.2g 食塩相当量 5.2g</small>	味玉味噌らーめん <small>エネルギー 330kcal たんぱく質 17.2g 脂質 11.2g 炭水化物 35.2g 食塩相当量 11.2g</small>	豚バラ辛ねぎ塩ラーメン <small>エネルギー 340kcal たんぱく質 21.2g 脂質 18.2g 炭水化物 35.2g 食塩相当量 5.2g</small>	高菜とんこつラーメン <small>エネルギー 370kcal たんぱく質 26.2g 脂質 18.2g 炭水化物 38.2g 食塩相当量 11.2g</small>	醤油ラーメン <small>エネルギー 370kcal たんぱく質 18.2g 脂質 5.2g 炭水化物 54.2g 食塩相当量 7.2g</small>	
小鉢	¥160	クリームコロッケ <small>エネルギー 82g たんぱく質 4.2g 脂質 11.2g 炭水化物 11.2g 食塩相当量 0.7g</small>	イカカツ <small>エネルギー 140kcal たんぱく質 5.2g 脂質 5.2g 炭水化物 11.2g 食塩相当量 0.4g</small>	コーンフライ <small>エネルギー 100kcal たんぱく質 2.2g 脂質 4.2g 炭水化物 14.2g 食塩相当量 0.7g</small>	そばろ肉じゃが <small>エネルギー 120kcal たんぱく質 4.2g 脂質 4.2g 炭水化物 18.2g 食塩相当量 0.7g</small>	
	¥120	はすのきんぴら <small>エネルギー 110kcal たんぱく質 1.2g 脂質 5.2g 炭水化物 20.2g 食塩相当量 0.3g</small>	粉ふき芋の肉味噌かけ <small>エネルギー 140kcal たんぱく質 3.2g 脂質 4.2g 炭水化物 28.2g 食塩相当量 1.4g</small>	鶏団子と里芋の煮付け <small>エネルギー 70kcal たんぱく質 2.2g 脂質 1.2g 炭水化物 11.2g 食塩相当量 0.1g</small>	チャーシューと野菜の和え物 <small>エネルギー 40kcal たんぱく質 3.2g 脂質 3.2g 炭水化物 4.2g 食塩相当量 0.3g</small>	タケノコと山くらげの和え物 <small>エネルギー 30kcal たんぱく質 1.2g 脂質 1.2g 炭水化物 4.2g 食塩相当量 0.7g</small>
	¥120			イカとザーサイの中華あえ <small>エネルギー 40kcal たんぱく質 4.2g 脂質 0.2g 炭水化物 4.1g 食塩相当量 1.4g</small>	小松菜とひじきのゴマ和え <small>エネルギー 20kcal たんぱく質 1.2g 脂質 0.2g 炭水化物 0.2g 食塩相当量 0.4g</small>	胡瓜とカニカマの梅マヨ和え <small>エネルギー 20kcal たんぱく質 1.2g 脂質 1.2g 炭水化物 4.2g 食塩相当量 0.4g</small>
	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。