

Weekly Menu

7月22日(月)

7月23日(火)

7月24日(水)

7月25日(木)

7月26日(金)

LUNCH

Lunch A	九州産 華味鳥の手づくりささみカツ	¥460 761 kcal	チキンソテー ベーコンエッグ添え	¥460 1,024 kcal	メガハンバーグ スエヒロ特製デミソース	¥460 1,286 kcal	ポークカツレツ ミラノ風	¥460 876 kcal	若鶏衣揚 五目あん <五柳鶏腿>	¥460 812 kcal
	蛋白 45.8g 脂質 18.9g 塩分 1.6g		蛋白 45.0g 脂質 44.0g 塩分 2.2g		蛋白 44.8g 脂質 54.6g 塩分 5.9g		蛋白 26.0g 脂質 37.9g 塩分 2.4g		蛋白 30.2g 脂質 21.2g 塩分 3.2g	
Lunch B	牛肉オイスターソース炒め <醤油牛肉>	¥370 681 kcal	キャベツメンチカツ	¥370 734 kcal	白身魚フライと カニクリームコロッケ	¥370 843 kcal	若鶏の コーンマヨネーズ焼	¥370 912 kcal	鯖の竜田揚 おろしポン酢	¥370 745 kcal
	蛋白 32.8g 脂質 15.5g 塩分 3.2g		蛋白 19.0g 脂質 21.8g 塩分 2.2g		蛋白 20.8g 脂質 28.6g 塩分 3.0g		蛋白 38.4g 脂質 38.9g 塩分 2.6g		蛋白 27.3g 脂質 22.8g 塩分 4.6g	
Bowls !			五目炒飯	¥390 672 kcal	牛肉あんかけ飯 <牛肉会飯>	¥390 659 kcal			ビビンバ焼肉丼	¥390 663 kcal
			蛋白 21.0g 脂質 18.2g 塩分 3.2g		蛋白 22.8g 脂質 14.2g 塩分 1.9g				蛋白 29.3g 脂質 12.7g 塩分 2.1g	
A LA CARTE	ドライカレーピラフ タンドリーチキン添え	¥390 589 kcal					ビーフストロガノフ ターメリックライス	¥390 723 kcal		
	蛋白 18.6g 脂質 20.7g 塩分 1.2g						蛋白 19.4g 脂質 19.7g 塩分 3.1g			
CURRY	カレーライス	¥310 621 kcal	カレーライス	¥310 621 kcal	カレーライス	¥310 621 kcal	カレーライス	¥310 621 kcal	カレーライス	¥310 621 kcal
	蛋白 11.6g 脂質 11.4g 塩分 2.7g		蛋白 11.6g 脂質 11.4g 塩分 2.7g		蛋白 11.6g 脂質 11.4g 塩分 2.7g		蛋白 11.6g 脂質 11.4g 塩分 2.7g		蛋白 11.6g 脂質 11.4g 塩分 2.7g	
中華彩菜 麵	味噌ラーメン	¥280 409 kcal	味噌ラーメン	¥280 409 kcal	味噌ラーメン	¥280 409 kcal	味噌ラーメン	¥280 409 kcal	味噌ラーメン	¥280 409 kcal
	蛋白 18.5g 脂質 4.9g 塩分 5.2g		蛋白 18.5g 脂質 4.9g 塩分 5.2g		蛋白 18.5g 脂質 4.9g 塩分 5.2g		蛋白 18.5g 脂質 4.9g 塩分 5.2g		蛋白 18.5g 脂質 4.9g 塩分 5.2g	
中華彩菜 麵	醤油ラーメン	¥280 421 kcal	塩ラーメン	¥280 406 kcal	醤油ラーメン	¥280 421 kcal	塩ラーメン	¥280 406 kcal	醤油ラーメン	¥280 421 kcal
	蛋白 19.5g 脂質 5.5g 塩分 6.7g		蛋白 18.9g 脂質 5.2g 塩分 7.6g		蛋白 19.5g 脂質 5.5g 塩分 6.7g		蛋白 18.9g 脂質 5.2g 塩分 7.6g		蛋白 19.5g 脂質 5.5g 塩分 6.7g	
和麵処	かけうどん/そば	¥210 281 kcal	かけうどん/そば	¥210 281 kcal	かけうどん/そば	¥210 281 kcal	かけうどん/そば	¥210 281 kcal	かけうどん/そば	¥210 281 kcal
	蛋白 7.5g 脂質 1.2g 塩分 4.6g		蛋白 7.5g 脂質 1.2g 塩分 4.6g		蛋白 7.5g 脂質 1.2g 塩分 4.6g		蛋白 7.5g 脂質 1.2g 塩分 4.6g		蛋白 7.5g 脂質 1.2g 塩分 4.6g	
復興支援メニュー	石巻産とろろ昆布使用 五目冷しきしめん	¥360 290 kcal	石巻産とろろ昆布使用 五目冷しきしめん	¥360 290 kcal	石巻産とろろ昆布使用 五目冷しきしめん	¥360 290 kcal	石巻産とろろ昆布使用 五目冷しきしめん	¥360 290 kcal	石巻産とろろ昆布使用 五目冷しきしめん	¥360 290 kcal
	蛋白 11.6g 脂質 3.6g 塩分 0.7g		蛋白 11.6g 脂質 3.6g 塩分 0.7g		蛋白 11.6g 脂質 3.6g 塩分 0.7g		蛋白 11.6g 脂質 3.6g 塩分 0.7g		蛋白 11.6g 脂質 3.6g 塩分 0.7g	
特麺類 1	トマトつけ麺	¥340 734 kcal	トマトつけ麺	¥340 734 kcal	トマトつけ麺	¥340 734 kcal	トマトつけ麺	¥340 734 kcal	トマトつけ麺	¥340 734 kcal
	蛋白 30.3g 脂質 9.8g 塩分 6.5g		蛋白 30.3g 脂質 9.8g 塩分 6.5g		蛋白 30.3g 脂質 9.8g 塩分 6.5g		蛋白 30.3g 脂質 9.8g 塩分 6.5g		蛋白 30.3g 脂質 9.8g 塩分 6.5g	
特麺類 2										

ライス ¥80 ライス大 ¥110 味噌汁 ¥30
おにぎり ¥90 いなり ¥60 サラダ ¥90 サラダ大 ¥150