

WEEKLY MENU

		【月】 12.1	【火】 12.2	【水】 12.3	【木】 12.4	【金】 12.5
ランチ	¥460	豚肉生姜焼き 285kcal 蛋13.5g 脂21.5g 炭7.1g 塩1.3g	やわらか生メンチカツ 279kcal 蛋8.3g 脂18.3g 炭19.7g 塩0.7g		油淋鶏 423kcal 蛋20.1g 脂29.8g 炭15.9g 塩4.7g	味噌カツ 304kcal 蛋13.7g 脂21.1g 炭12.4g 塩1.1g
	アレルギー	 	  		  	  
ボウル	¥460	チキンカツ丼 820kcal 蛋38.0g 脂16.6g 炭122.3g 塩3.2g	ビビンバ丼 652kcal 蛋19.6g 脂14.0g 炭106.7g 塩3.3g		ロコモコ丼 788kcal 蛋25.5g 脂24.9g 炭109.2g 塩2.2g	タコライス 677kcal 蛋21.9g 脂17.2g 炭103.1g 塩1.6g
	アレルギー	  	  		  	 
ヌードル・カレー	¥360	ハヤシライス 850kcal 蛋15.7g 脂33.5g 炭114.6g 塩3.8g	ミライのキツネ  594kcal 蛋26.7g 脂28.7g 炭63.3g 塩4.6g		味噌ラーメン 432kcal 蛋24.7g 脂10.8g 炭73.4g 塩7.7g	ちくたま天 ぶっかけうどん  560kcal 蛋13.8g 脂10.3g 炭103.5g 塩5.2g
	アレルギー	 			  	  
パスタ	¥410					
	アレルギー					
アラカルト	¥120	白身魚フライ 143kcal 蛋4.1g 脂6.4g 炭5.0g 塩0.2g	すきやき風コロッケ 169kcal 蛋3.4g 脂8.5g 炭19.4g 塩0.6g		じゃがいも畑コロッケ (牛肉入り) 159kcal 蛋2.9g 脂8.6g 炭17.3g 塩0.5g	ミニたい焼き(ポテト付き) 157kcal 蛋2.7g 脂4.9g 炭25.3g 塩0.6g
	アレルギー	  	 		  	  

※同じ調理場内で7大アレルギー(小麦・たまご・乳・落花生・そば・エビ・カニ)を含む食品を扱っています。

WEEKLY MENU

		【月】 12.8	【火】 12.9	【水】 12.10	【木】 12.11	【金】 12.12
ランチ	¥460	ごちそうキャベツメンチカツ 314kcal 蛋8.9g 脂18.2g 炭27.6g 塩1.2g	鶏の唐揚げ 276kcal 蛋17.2g 脂12.9g 炭18.3g 塩2.1g	和風卸しハンバーグ 509kcal 蛋10.4g 脂38.5g 炭28.3g 塩1.5g	チキンカツ 390kcal 蛋16.1g 脂27.9g 炭15.6g 塩2.5g	
	アレルギー	小麦 たまご 乳	小麦 たまご 乳	小麦 たまご 乳	小麦 たまご	
ボウル	¥460	鶏そぼろ丼 679kcal 蛋25.3g 脂17.0g 炭99.6g 塩1.5g	麻婆飯 687kcal 蛋23.1g 脂15.7g 炭107.9g 塩3.5g	味噌カツ丼 770kcal 蛋20.9g 脂17.2g 炭126.1g 塩2.4g	海老とじ丼 811kcal 蛋20.2g 脂24.3g 炭117.7g 塩4.4g	
	アレルギー	小麦 たまご 乳	小麦 乳	小麦 たまご 乳	小麦 たまご 乳 エビ	
ヌードル・カレー	¥360	四川風とき卵ラーメン 806kcal 蛋27.7g 脂46.8g 炭69.7g 塩3.5g	かき揚げうどん 374kcal 蛋10.0g 脂6.4g 炭67.1g 塩6.0g	ガツンと柚子胡椒の塩拉麺 420kcal 蛋18.6g 脂8.8g 炭67.2g 塩6.3g	きつねうどん 328kcal 蛋11.6g 脂5.3g 炭56.0g 塩6.3g	
	アレルギー	小麦 たまご 乳	小麦 乳	小麦	小麦 たまご 乳	
パスタ	¥410					
	アレルギー					
アラカルト	¥120	中華チリ春巻 147kcal 蛋1.4g 脂7.4g 炭18.6g 塩0.7g	あじフライ 193kcal 蛋12.7g 脂10.9g 炭9.7g 塩1.3g	餃子の中華あんかけ 101kcal 蛋4.9g 脂3.1g 炭13.0g 塩2.1g	アメリカンドッグ 189kcal 蛋3.5g 脂9.5g 炭21.8g 塩0.7g	
	アレルギー	小麦	小麦 たまご 乳	小麦 乳	小麦 たまご 乳	

※同じ調理場内で7大アレルギー(小麦・たまご・乳・落花生・そば・エビ・カニ)を含む食品を扱っています。