

Weekly Menu

Lunch	7月24日(月)		7月25日(火)		7月26日(水)		7月27日(木)		7月28日(金)		7月29日(土)	
MAIN DISH 週替	鶏ささみフライの サラダ仕立て	¥550 766 kcal	鶏ささみフライの サラダ仕立て	¥550 766 kcal	鶏ささみフライの サラダ仕立て	¥550 766 kcal	ササミカツ タルタルソース	¥550 807 kcal	ササミカツ タルタルソース	¥550 807 kcal	<お休み>	
	蛋白 20.9g 脂質 25.9g 塩分 3.8g		蛋白 20.9g 脂質 25.9g 塩分 3.8g		蛋白 20.9g 脂質 25.9g 塩分 3.8g		蛋白 24.5g 脂質 26.5g 塩分 3.2g		蛋白 24.5g 脂質 26.5g 塩分 3.2g			
MAIN DISH 日替	和風野菜炒め	¥550 607 kcal	白身唐揚げ 葱ソース	¥550 785 kcal	若鶏の塩葱焼	¥550 685 kcal	チキンソテー トマトソース	¥550 882 kcal	豚バラの生姜焼	¥550 780 kcal		
	蛋白 13.0g 脂質 11.5g 塩分 3.1g		蛋白 25.3g 脂質 23.2g 塩分 3.3g		蛋白 32.7g 脂質 22.4g 塩分 1.8g		蛋白 40.8g 脂質 29.9g 塩分 2.2g		蛋白 20.5g 脂質 29.6g 塩分 2.0g			
グリル	焼きそば (目玉焼付)	¥550 767 kcal										
	蛋白 25.2g 脂質 34.5g 塩分 6.9g		蛋白 25.2g 脂質 34.5g 塩分 6.9g		蛋白 25.2g 脂質 34.5g 塩分 6.9g		蛋白 25.2g 脂質 34.5g 塩分 6.9g		蛋白 25.2g 脂質 34.5g 塩分 6.9g			
アラカルト 週替	キムチ炒飯	¥500 741 kcal										
	蛋白 18.9g 脂質 30.1g 塩分 2.5g		蛋白 18.9g 脂質 30.1g 塩分 2.5g		蛋白 18.9g 脂質 30.1g 塩分 2.5g		蛋白 18.9g 脂質 30.1g 塩分 2.5g		蛋白 18.9g 脂質 30.1g 塩分 2.5g			
アラカルト 週替	温玉牛丼	¥700 925 kcal										
	蛋白 28.6g 脂質 38.9g 塩分 3.7g		蛋白 28.6g 脂質 38.9g 塩分 3.7g		蛋白 28.6g 脂質 38.9g 塩分 3.7g		蛋白 28.6g 脂質 38.9g 塩分 3.7g		蛋白 28.6g 脂質 38.9g 塩分 3.7g			
カレー 定番	スエヒロカレー	¥380 721 kcal										
	蛋白 14.3g 脂質 19.3g 塩分 3.9g		蛋白 14.3g 脂質 19.3g 塩分 3.9g		蛋白 14.3g 脂質 19.3g 塩分 3.9g		蛋白 14.3g 脂質 19.3g 塩分 3.9g		蛋白 14.3g 脂質 19.3g 塩分 3.9g			
カレー 週替	タイ風グリーンカレー	¥500 597 kcal										
	蛋白 13.4g 脂質 16.7g 塩分 2.9g		蛋白 13.4g 脂質 16.7g 塩分 2.9g		蛋白 13.4g 脂質 16.7g 塩分 2.9g		蛋白 13.4g 脂質 16.7g 塩分 2.9g		蛋白 13.4g 脂質 16.7g 塩分 2.9g			
パスタ&丼	ベーコンとほうれん草の クリームスパゲッティ	¥550 694 kcal	オムライス デミグラスソース	¥550 781 kcal	ベーコンとほうれん草の クリームスパゲッティ	¥550 694 kcal	オムライス デミグラスソース	¥550 781 kcal	ベーコンとほうれん草の クリームスパゲッティ	¥550 694 kcal		
	蛋白 24.2g 脂質 22.3g 塩分 3.0g		蛋白 25.1g 脂質 28.9g 塩分 3.6g		蛋白 24.2g 脂質 22.3g 塩分 3.0g		蛋白 25.1g 脂質 28.9g 塩分 3.6g		蛋白 24.2g 脂質 22.3g 塩分 3.0g			
パスタ 週替	カリカリベーコンとコーンの ペペロンチーノ	¥500 915 kcal										
	蛋白 20.7g 脂質 49.9g 塩分 3.5g		蛋白 20.7g 脂質 49.9g 塩分 3.5g		蛋白 20.7g 脂質 49.9g 塩分 3.5g		蛋白 20.7g 脂質 49.9g 塩分 3.5g		蛋白 20.7g 脂質 49.9g 塩分 3.5g			
ラーメン末広家	葱チャーシュー 冷し中華	¥550 627 kcal										
	蛋白 21.4g 脂質 20.2g 塩分 8.2g		蛋白 21.4g 脂質 20.2g 塩分 8.2g		蛋白 21.4g 脂質 20.2g 塩分 8.2g		蛋白 21.4g 脂質 20.2g 塩分 8.2g		蛋白 21.4g 脂質 20.2g 塩分 8.2g			
和麺すえひろ 定番	天然だし汁 かけうどん/そば	¥270 297 kcal										
	蛋白 11.3g 脂質 2.0g 塩分 3.8g		蛋白 11.3g 脂質 2.0g 塩分 3.8g		蛋白 11.3g 脂質 2.0g 塩分 3.8g		蛋白 11.3g 脂質 2.0g 塩分 3.8g		蛋白 11.3g 脂質 2.0g 塩分 3.8g			
和麺すえひろ	月見とろろ うどん/そば	¥440 394 kcal										
	蛋白 17.6g 脂質 6.3g 塩分 4.0g		蛋白 17.6g 脂質 6.3g 塩分 4.0g		蛋白 17.6g 脂質 6.3g 塩分 4.0g		蛋白 17.6g 脂質 6.3g 塩分 4.0g		蛋白 17.6g 脂質 6.3g 塩分 4.0g			

7/30・8/1 お休み
8/2～ ランチメニュー縮小いたします