

週間献立表

10月8日(月)~10月12日(金)

	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日	10月12日
	月	火	水	木	金
日替わりランチ 500円	体育の日	十五穀米 味噌汁 野菜コロッケ 大根の肉味噌がけ ヤクウンセン 熱量 669 Kcal 蛋白 20.7 g 脂質 11.6 g 塩分 2.9 g	御飯 味噌汁 鶏肉のチリソース炒め じゃが芋ゴマ味噌煮 もやしの塩麴ナムル 熱量 735 Kcal 蛋白 26.7 g 脂質 21.4 g 塩分 2.9 g	御飯 味噌汁 麻婆豆腐 切り干し大根と昆布の煮物 春雨の酢の物 熱量 669 Kcal 蛋白 20.5 g 脂質 12.6 g 塩分 4.6 g	御飯 味噌汁 チキンピカタ 大根とツナの煮物 小松菜のわさび和え 熱量 692 Kcal 蛋白 31.9 g 脂質 21.5 g 塩分 3.5 g
週替わりランチ 600円	チャーハン スープ付き 熱量 505 Kcal 蛋白 17.4 g 脂質 14 g 塩分 3.4 g				
週替わり麺 600円	秋野菜のカレーうどん サラダ付き 熱量 472 Kcal 蛋白 18.3 g 脂質 14.3 g 塩分 7.3 g				

※ 熱量は、ご飯200gで計算しています。

※ 当店のお米は、長野県産を使用しています。

※ 売り切れの際はご了承ください。

※ 材料の都合で、内容を変更する場合があります。

※ 誠に申し訳ありませんが、土曜日、祝日は

日替りランチ・週替りランチ・週替わり麺の販売はお休みします。



一般お客様用