

# Cafeteria Menu ☆☆☆

エ:エネルギー、蛋:タンパク質、脂:脂質、食塩:塩分相当量  
栄養価は、主菜分のみとなります。

	月				火				水				木				金				土											
	1月7日				1月8日				1月9日				1月10日				1月11日				1月12日											
Lunch A ¥420	豚肉生姜焼				油淋鶏				タンドリーチキン フライドポテト				フライドチキンカレー ミニサラダ				鶏肉南蛮揚															
	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩
	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)
	818	23.0	51.6	3.1	535	43.4	25.6	3.3	579	19.8	45.2	3.4	925	28.3	37.7	4.4	294	18.9	17.1	2.2												
Lunch B ¥400	三色ライス				クリームコロッケ ジャンボハムカツ				青椒肉絲				ビビンバライス 温玉				銀鮭西京焼															
	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩	エ	蛋	脂	食塩
	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)	(kcal)	(g)	(g)	(g)
	638	22.8	11.2	2.7	429	19.4	27.6	2.8	571	11.3	42.6	2.2	719	23.5	23.3	2.3	272	13.8	17.7	0.7												
日替丼 ¥360	豚キムチ丼				中華丼				カツ丼				豚玉丼				青椒肉絲丼															
週替丼 ¥360									唐揚げ丼								エ 蛋 脂 食塩 796kcal 30.9g 29.5g 4.3g															
カレー ¥310									カレーライス																							
週替カレー ¥360									温玉 カレー								エ 蛋 脂 食塩 815kcal 23.2g 37.7g 2.4g															
和麺① ¥220									かけ うどん/そば																							
和麺② ¥310									きつね/たぬき/カレー うどん/そば																							
週替和麺 ¥310									野菜かき揚げ うどん/そば								エ 蛋 脂 食塩 532kcal 14.5g 21.3g 2.9g															
中華麺 ¥360									正油ラーメン/白湯ラーメン																							
週替パスタ ¥400									ミートソース(スープ付)								エ 蛋 脂 食塩 703kcal 23.8g 23.7g 1.9g															

学校行事のため  
臨時休業  
となります。

※仕入の都合によりメニューを変更させていただくことがあります。  
※国産米を使用しております。