



人気メニュー  
大盛りメニューが登場!!

PREMIUM

プレミアム

AUT  
ランチ

メニューと価格は  
当日食堂サンプル台にて  
ご確認ください

9.19 mon - 30 fri

新学期もぜひ食堂へお越しく下さい

※写真はすべてイメージです

おいしく楽しく MAKE for YOU  
メーキュー株式会社

# Lunch Menu



# 9

# September

毎日提供

鶏の唐揚げ定食

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
513 kcal	25.9g	41.4g	11.9g	1.1g

カレーライス

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
573 kcal	10.6g	19.9g	98.5g	3.4g

AUTランチ

MON	TUE	WED	THU	FRI										
8/29	30	31	9/1	2										
<h1>Holiday</h1>				3種のみ提供です										
				<p>醤油ラーメン</p> <table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>430 kcal</td> <td>18.4g</td> <td>10.1g</td> <td>63.2g</td> <td>6.2g</td> </tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	430 kcal	18.4g	10.1g	63.2g	6.2g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量										
430 kcal	18.4g	10.1g	63.2g	6.2g										
				<p>鶏の唐揚げ定食</p> <table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>513 kcal</td> <td>25.9g</td> <td>41.4g</td> <td>11.9g</td> <td>1.1g</td> </tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	513 kcal	25.9g	41.4g	11.9g	1.1g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量										
513 kcal	25.9g	41.4g	11.9g	1.1g										
				<p>カレーライス</p> <table border="1"> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> <tr> <td>573 kcal</td> <td>10.6g</td> <td>19.9g</td> <td>98.5g</td> <td>3.4g</td> </tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	573 kcal	10.6g	19.9g	98.5g	3.4g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量										
573 kcal	10.6g	19.9g	98.5g	3.4g										

5	6	7	8	9																																																		
シーフードフライ	赤魚の唐揚げ	チキン南蛮	鶏肉の粕漬焼き	サーモンフライ & コロッケ																																																		
<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>404 kcal</td><td>13.5g</td><td>25.0g</td><td>32.2g</td><td>1.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	404 kcal	13.5g	25.0g	32.2g	1.5g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>254 kcal</td><td>16.0g</td><td>16.0g</td><td>10.9g</td><td>1.7g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	254 kcal	16.0g	16.0g	10.9g	1.7g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>630 kcal</td><td>23.5g</td><td>51.7g</td><td>16.2g</td><td>2.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	630 kcal	23.5g	51.7g	16.2g	2.4g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>432 kcal</td><td>28.2g</td><td>25.7g</td><td>18.6g</td><td>3.7g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	432 kcal	28.2g	25.7g	18.6g	3.7g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>340 kcal</td><td>3.6g</td><td>25.1g</td><td>26.8g</td><td>1.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	340 kcal	3.6g	25.1g	26.8g	1.5g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
404 kcal	13.5g	25.0g	32.2g	1.5g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
254 kcal	16.0g	16.0g	10.9g	1.7g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
630 kcal	23.5g	51.7g	16.2g	2.4g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
432 kcal	28.2g	25.7g	18.6g	3.7g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
340 kcal	3.6g	25.1g	26.8g	1.5g																																																		

Pause

冷やし山菜わかめそば	塩バターラーメン	冷やしサラダうどん	黒マー油香る豚骨ラーメン	鯛だしうどん																																																		
<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>306 kcal</td><td>12.0g</td><td>2.1g</td><td>61.9g</td><td>3.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	306 kcal	12.0g	2.1g	61.9g	3.4g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>442 kcal</td><td>16.6g</td><td>10.0g</td><td>69.3g</td><td>6.2g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	442 kcal	16.6g	10.0g	69.3g	6.2g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>421 kcal</td><td>13.3g</td><td>14.3g</td><td>64.4g</td><td>4.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	421 kcal	13.3g	14.3g	64.4g	4.5g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>472 kcal</td><td>18.4g</td><td>15.0g</td><td>62.7g</td><td>6.8g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	472 kcal	18.4g	15.0g	62.7g	6.8g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>318 kcal</td><td>11.0g</td><td>4.8g</td><td>60.7g</td><td>5.8g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	318 kcal	11.0g	4.8g	60.7g	5.8g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
306 kcal	12.0g	2.1g	61.9g	3.4g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
442 kcal	16.6g	10.0g	69.3g	6.2g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
421 kcal	13.3g	14.3g	64.4g	4.5g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
472 kcal	18.4g	15.0g	62.7g	6.8g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
318 kcal	11.0g	4.8g	60.7g	5.8g																																																		

12	13	14	15	16																																																		
鯖の竜田揚げ	カツとじ煮	明太クリームコロッケ & エビカツ	豚肉のねぎ塩炒め	串カツ&ハムポテト																																																		
<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>351 kcal</td><td>14.3g</td><td>29.5g</td><td>5.0g</td><td>0.7g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	351 kcal	14.3g	29.5g	5.0g	0.7g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>385 kcal</td><td>18.1g</td><td>22.3g</td><td>29g</td><td>2.6g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	385 kcal	18.1g	22.3g	29g	2.6g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>383 kcal</td><td>49.4g</td><td>23.8g</td><td>33.8g</td><td>1.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	383 kcal	49.4g	23.8g	33.8g	1.5g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>309 kcal</td><td>17.8g</td><td>23.0g</td><td>11.3g</td><td>4.0g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	309 kcal	17.8g	23.0g	11.3g	4.0g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>384 kcal</td><td>9.6g</td><td>26.8g</td><td>27.1g</td><td>0.7g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	384 kcal	9.6g	26.8g	27.1g	0.7g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
351 kcal	14.3g	29.5g	5.0g	0.7g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
385 kcal	18.1g	22.3g	29g	2.6g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
383 kcal	49.4g	23.8g	33.8g	1.5g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
309 kcal	17.8g	23.0g	11.3g	4.0g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
384 kcal	9.6g	26.8g	27.1g	0.7g																																																		

Pause

塩ラーメン	冷やし中華	とろろ昆布そば	釜玉風とろろうどん	カレーラーメン																																																		
<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>399 kcal</td><td>16.7g</td><td>5.9g</td><td>66.4g</td><td>7.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	399 kcal	16.7g	5.9g	66.4g	7.4g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>439 kcal</td><td>17.1g</td><td>5.8g</td><td>66.6g</td><td>4.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	439 kcal	17.1g	5.8g	66.6g	4.4g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>294 kcal</td><td>13.6g</td><td>2.3g</td><td>56.9g</td><td>5.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	294 kcal	13.6g	2.3g	56.9g	5.4g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>387 kcal</td><td>16.2g</td><td>7.4g</td><td>69.0g</td><td>4.1g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	387 kcal	16.2g	7.4g	69.0g	4.1g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>552 kcal</td><td>19.9g</td><td>20.3g</td><td>71.4g</td><td>5.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	552 kcal	19.9g	20.3g	71.4g	5.4g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
399 kcal	16.7g	5.9g	66.4g	7.4g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
439 kcal	17.1g	5.8g	66.6g	4.4g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
294 kcal	13.6g	2.3g	56.9g	5.4g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
387 kcal	16.2g	7.4g	69.0g	4.1g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
552 kcal	19.9g	20.3g	71.4g	5.4g																																																		

19	20	21	22	23																																																		
チキンピカタ	タンドリーチキン	鯖の味噌煮	鰯のカレーパン粉焼き	豚肉とピーマンのオイスターソース炒め																																																		
<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>429 kcal</td><td>28.0g</td><td>26.7g</td><td>18.6g</td><td>1.6g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	429 kcal	28.0g	26.7g	18.6g	1.6g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>408 kcal</td><td>25.5g</td><td>31.0g</td><td>9.2g</td><td>1.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	408 kcal	25.5g	31.0g	9.2g	1.5g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>389 kcal</td><td>25.4g</td><td>22.4g</td><td>24.3g</td><td>3.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	389 kcal	25.4g	22.4g	24.3g	3.5g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>167 kcal</td><td>18.0g</td><td>6.3g</td><td>11.7g</td><td>1.0g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	167 kcal	18.0g	6.3g	11.7g	1.0g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>293 kcal</td><td>13.6g</td><td>22.7g</td><td>10.9g</td><td>1.9g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	293 kcal	13.6g	22.7g	10.9g	1.9g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
429 kcal	28.0g	26.7g	18.6g	1.6g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
408 kcal	25.5g	31.0g	9.2g	1.5g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
389 kcal	25.4g	22.4g	24.3g	3.5g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
167 kcal	18.0g	6.3g	11.7g	1.0g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
293 kcal	13.6g	22.7g	10.9g	1.9g																																																		

焼肉丼	オムそばめし	タレカツ丼	チキンオーバーライス	ロコモコ																																																		
<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>552 kcal</td><td>17.2g</td><td>18.9g</td><td>80.9g</td><td>1.9g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	552 kcal	17.2g	18.9g	80.9g	1.9g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>511 kcal</td><td>9.8g</td><td>18.6g</td><td>76.1g</td><td>4.9g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	511 kcal	9.8g	18.6g	76.1g	4.9g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>585 kcal</td><td>16.7g</td><td>17.9g</td><td>90.4g</td><td>1.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	585 kcal	16.7g	17.9g	90.4g	1.5g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>696 kcal</td><td>27.6g</td><td>28.0g</td><td>80.4g</td><td>3.3g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	696 kcal	27.6g	28.0g	80.4g	3.3g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>625 kcal</td><td>21.5g</td><td>20.4g</td><td>88.6g</td><td>2.7g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	625 kcal	21.5g	20.4g	88.6g	2.7g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
552 kcal	17.2g	18.9g	80.9g	1.9g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
511 kcal	9.8g	18.6g	76.1g	4.9g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
585 kcal	16.7g	17.9g	90.4g	1.5g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
696 kcal	27.6g	28.0g	80.4g	3.3g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
625 kcal	21.5g	20.4g	88.6g	2.7g																																																		

味噌ラーメン	アオサかき揚げそば	冷やし鶏塩うどん	海老だし塩ラーメン	冷やしイカ天うどん																																																		
<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>479 kcal</td><td>19.2g</td><td>10.2g</td><td>74.5g</td><td>6.7g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	479 kcal	19.2g	10.2g	74.5g	6.7g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>399 kcal</td><td>13.1g</td><td>7.5g</td><td>70.4g</td><td>5.0g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	399 kcal	13.1g	7.5g	70.4g	5.0g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>472 kcal</td><td>22.1g</td><td>16.6g</td><td>63.3g</td><td>4.7g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	472 kcal	22.1g	16.6g	63.3g	4.7g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>465 kcal</td><td>16.8g</td><td>12.9g</td><td>66.8g</td><td>8.3g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	465 kcal	16.8g	12.9g	66.8g	8.3g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>452 kcal</td><td>13.8g</td><td>14.1g</td><td>69.8g</td><td>4.6g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	452 kcal	13.8g	14.1g	69.8g	4.6g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
479 kcal	19.2g	10.2g	74.5g	6.7g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
399 kcal	13.1g	7.5g	70.4g	5.0g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
472 kcal	22.1g	16.6g	63.3g	4.7g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
465 kcal	16.8g	12.9g	66.8g	8.3g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
452 kcal	13.8g	14.1g	69.8g	4.6g																																																		

26	27	28	29	30																																																		
味噌カツ	豚肉の生姜焼き	白身魚のマヨネーズ焼き	Wメンチカツ	鯖の胡麻風味揚げ																																																		
<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>413 kcal</td><td>15.1g</td><td>24.1g</td><td>34.3g</td><td>2.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	413 kcal	15.1g	24.1g	34.3g	2.4g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>300 kcal</td><td>16.1g</td><td>18.6g</td><td>15.4g</td><td>2.2g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	300 kcal	16.1g	18.6g	15.4g	2.2g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>345 kcal</td><td>17.3g</td><td>18.2g</td><td>29.9g</td><td>2.3g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	345 kcal	17.3g	18.2g	29.9g	2.3g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>414 kcal</td><td>11.8g</td><td>25.9g</td><td>34.3g</td><td>1.9g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	414 kcal	11.8g	25.9g	34.3g	1.9g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>314 kcal</td><td>19.1g</td><td>21.7g</td><td>9.2g</td><td>1.0g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	314 kcal	19.1g	21.7g	9.2g	1.0g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
413 kcal	15.1g	24.1g	34.3g	2.4g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
300 kcal	16.1g	18.6g	15.4g	2.2g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
345 kcal	17.3g	18.2g	29.9g	2.3g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
414 kcal	11.8g	25.9g	34.3g	1.9g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
314 kcal	19.1g	21.7g	9.2g	1.0g																																																		

木の葉丼 (はんべんの卵とじ丼)	ガバオライス	高菜チャーハン	天津飯	カレーピラフ																																																		
<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>475 kcal</td><td>17.2g</td><td>6.9g</td><td>86.4g</td><td>2.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	475 kcal	17.2g	6.9g	86.4g	2.4g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>614 kcal</td><td>32.1g</td><td>20.0g</td><td>78.7g</td><td>4.0g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	614 kcal	32.1g	20.0g	78.7g	4.0g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>544 kcal</td><td>16.8g</td><td>20.7g</td><td>73.2g</td><td>2.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	544 kcal	16.8g	20.7g	73.2g	2.5g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>559 kcal</td><td>12.0g</td><td>16.4g</td><td>89.7g</td><td>4.0g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	559 kcal	12.0g	16.4g	89.7g	4.0g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>460 kcal</td><td>9.4g</td><td>12.0g</td><td>81.0g</td><td>1.8g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	460 kcal	9.4g	12.0g	81.0g	1.8g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
475 kcal	17.2g	6.9g	86.4g	2.4g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
614 kcal	32.1g	20.0g	78.7g	4.0g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
544 kcal	16.8g	20.7g	73.2g	2.5g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
559 kcal	12.0g	16.4g	89.7g	4.0g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
460 kcal	9.4g	12.0g	81.0g	1.8g																																																		

冷やしネバトろうどん	焼き鯖そば	濃厚背脂味噌ラーメン	冷やし梅おろしうどん	醤油ラーメン																																																		
<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>310 kcal</td><td>9.3g</td><td>1.1g</td><td>69.9g</td><td>3.9g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	310 kcal	9.3g	1.1g	69.9g	3.9g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>415 kcal</td><td>18.2g</td><td>13.8g</td><td>54.4g</td><td>5.2g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	415 kcal	18.2g	13.8g	54.4g	5.2g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>630 kcal</td><td>20.3g</td><td>26.7g</td><td>74.2g</td><td>6.4g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	630 kcal	20.3g	26.7g	74.2g	6.4g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>320 kcal</td><td>8.8g</td><td>1.3g</td><td>72.7g</td><td>5.0g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	320 kcal	8.8g	1.3g	72.7g	5.0g	<table border="1"><tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食塩相当量</th></tr><tr><td>398 kcal</td><td>17.3g</td><td>5.8g</td><td>65.5g</td><td>6.5g</td></tr></table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	398 kcal	17.3g	5.8g	65.5g	6.5g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
310 kcal	9.3g	1.1g	69.9g	3.9g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
415 kcal	18.2g	13.8g	54.4g	5.2g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
630 kcal	20.3g	26.7g	74.2g	6.4g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
320 kcal	8.8g	1.3g	72.7g	5.0g																																																		
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																		
398 kcal	17.3g	5.8g	65.5g	6.5g																																																		

※日替りランチの栄養価はメインのみの数値です。

ご飯 (普通盛 200g)	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	286 kcal	4.8g	0.7g	62.0g	0g

味噌汁 (参考数値)	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	26 kcal	2.1g	0.8g	2.4g	1.3g

縮小メニューにて営業する日がございます。ご不便をおかけいたしますが、予めご了承ください。