



	9月8日 (月)	9月9日 (火)	9月10日 (水)	9月11日 (木)	9月12日 (金)
ヘルシー ¥360	五種野菜と豚肉のきんぴら エネルギー 204kcal たんぱく質 9.6g 脂 質 11.4g 炭水化物 17.3g 食塩相当量 1.4g	フーチャンプル エネルギー 212kcal たんぱく質 14.6g 脂 質 11.6g 炭水化物 11.9g 食塩相当量 2.0g	焼きキャバツメンチカツ エネルギー 262kcal たんぱく質 14.0g 脂 質 11.6g 炭水化物 26.1g 食塩相当量 1.2g	海老と玉子と春雨の中華炒め エネルギー 259kcal たんぱく質 10.2g 脂 質 12.2g 炭水化物 26.7g 食塩相当量 1.7g	鶏むね肉のクリーム煮 エネルギー 250kcal たんぱく質 21.7g 脂 質 8.0g 炭水化物 20.7g 食塩相当量 1.1g
アラカルト ¥360	クリームコロッケタルタルソース エネルギー 339kcal たんぱく質 5.6g 脂 質 20.8g 炭水化物 31.4g 食塩相当量 0.7g	鶏肉の胡麻風味焼き エネルギー 300kcal たんぱく質 22.1g 脂 質 18.7g 炭水化物 11.2g 食塩相当量 1.7g	焼売の野菜あんかけ エネルギー 289kcal たんぱく質 13.4g 脂 質 10.0g 炭水化物 35.7g 食塩相当量 4.2g	BBQチキン エネルギー 346kcal たんぱく質 21.0g 脂 質 20.7g 炭水化物 18.5g 食塩相当量 2.3g	茹で豚とブロッコリーのねぎソース エネルギー 239kcal たんぱく質 12.8g 脂 質 16.2g 炭水化物 11.0g 食塩相当量 1.2g
どんぶり ¥460 ミニ¥290	カオマンガイ ¥550 エネルギー 695kcal たんぱく質 28.8g 脂 質 20.2g 炭水化物 102.1g 食塩相当量 7.7g	赤のあんかけ炒飯 エネルギー 540kcal たんぱく質 10.7g 脂 質 10.4g 炭水化物 103.6g 食塩相当量 4.1g	チキン ジャンバラヤ ¥550 エネルギー 587kcal たんぱく質 24.1g 脂 質 17.2g 炭水化物 87.0g 食塩相当量 4.4g		
お弁当 (ご飯・味噌汁付) ¥600	おろしハンバーグ エネルギー 725kcal たんぱく質 23.7g 脂 質 22.9g 炭水化物 106.5g 食塩相当量 6.6g	アジフライとイカカツ エネルギー 760kcal たんぱく質 22.8g 脂 質 31.0g 炭水化物 100.4g 食塩相当量 4.0g	チキンのみそ焼き エネルギー 856kcal たんぱく質 29.0g 脂 質 35.3g 炭水化物 108.4g 食塩相当量 3.9g	豚キムチ エネルギー 574kcal たんぱく質 18.2g 脂 質 17.6g 炭水化物 89.4g 食塩相当量 6.0g	ヒレカツ エネルギー 644kcal たんぱく質 20.0g 脂 質 18.2g 炭水化物 101.5g 食塩相当量 3.3g
パスタ ¥470	和風明太子スパゲティ エネルギー 458kcal たんぱく質 17.0g 脂 質 11.6g 炭水化物 67.8g 食塩相当量 3.8g	ベーコンと豆苗のレモンクリームパスタ エネルギー 551kcal たんぱく質 18.4g 脂 質 14.3g 炭水化物 93.6g 食塩相当量 2.2g	ツナのトマトソーススパゲティ エネルギー 484kcal たんぱく質 23.7g 脂 質 4.7g 炭水化物 89.0g 食塩相当量 2.6g	茄子とベーコンの柚子胡椒スパゲティ エネルギー 714kcal たんぱく質 18.1g 脂 質 39.0g 炭水化物 87.9g 食塩相当量 5.0g	【仙台】麻婆豆腐焼きそば ¥550 エネルギー 707kcal たんぱく質 24.2g 脂 質 28.4g 炭水化物 88.0g 食塩相当量 3.3g
常設カレー	カレー ¥410 / ミニカレー ¥260				
日替り カレー ¥470	きのこチーズのカレー ミニ ¥310 エネルギー 560kcal たんぱく質 11.8g 脂 質 11.0g 炭水化物 107.0g 食塩相当量 3.3g	温玉チーズカレー ミニ ¥310 エネルギー 731kcal たんぱく質 21.0g 脂 質 21.3g 炭水化物 112.8g 食塩相当量 3.0g	クリームコロッケカレー ミニ ¥310 エネルギー 643kcal たんぱく質 8.9g 脂 質 19.5g 炭水化物 110.8g 食塩相当量 4.0g	金沢風カレー ¥550 エネルギー 732kcal たんぱく質 14.1g 脂 質 22.2g 炭水化物 121.4g 食塩相当量 4.8g	コロッケカレー ミニ ¥310 エネルギー 635kcal たんぱく質 11.9g 脂 質 12.8g 炭水化物 120.8g 食塩相当量 4.0g
常設和麺	ミニうどん・そば ¥320 / うどん・そば ¥390 (SP和麺提供日は¥450)				
中華麺 ¥460 ミニ¥380	塩ラーメン エネルギー 539kcal たんぱく質 19.0g 脂 質 16.0g 炭水化物 73.9g 食塩相当量 8.2g	味玉味噌らーめん エネルギー 632kcal たんぱく質 27.6g 脂 質 17.5g 炭水化物 85.9g 食塩相当量 11.8g	冷やしキムチチキンラーメン エネルギー 441kcal たんぱく質 28.3g 脂 質 2.9g 炭水化物 77.6g 食塩相当量 8.3g	高菜とんこつラーメン エネルギー 629kcal たんぱく質 24.3g 脂 質 19.7g 炭水化物 84.2g 食塩相当量 11.2g	醤油ラーメン エネルギー 475kcal たんぱく質 19.0g 脂 質 8.7g 炭水化物 74.4g 食塩相当量 7.2g
	ご飯・五穀ご飯 小140円・大160円	味噌汁70円 稲荷寿司(2ヶ)120円	冷奴・青菜のお浸し 60円	サラダ 140円	

*表示価格は税込です。*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承くださいませ