

昼食 Lunch Menu

11:30-13:00

| | | 【月】 3.26 | 【火】 3.27 | 【水】 3.28 | 【木】 3.29 | 【金】 3.30 | 【土】 3.31 |
|--------------------------------|---|--|--|--|--|----------|----------|
| 定食 A | 鶏の黒酢あんからめ | 豚肉の竜田揚げ | ハンバーグおろしポン酢ソース | ポークソテーデミタマソース | 蒸し鶏のオニオンソース | | |
| | 418kcal 卵 18.9g 脂 28.4g 塩 1.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 420kcal 卵 12.4g 脂 35.7g 塩 1.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 241kcal 卵 15.8g 脂 11.8g 塩 4.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 461kcal 卵 21.6g 脂 33.2g 塩 3.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 249kcal 卵 21.1g 脂 11.8g 塩 3.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| 定食 B | 鯛の蒲焼き | 白身魚の味噌マヨネーズ焼き | さばの塩焼き | 鮭のクリームソース | イワシフライ | | |
| | 349kcal 卵 23.9g 脂 17.8g 塩 1.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 373kcal 卵 14.4g 脂 29.3g 塩 1.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 341kcal 卵 17.5g 脂 26.9g 塩 1.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 410kcal 卵 26.0g 脂 24.2g 塩 0.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 175kcal 卵 7.8g 脂 11.0g 塩 0.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| メインディッシュ | | | | | | | |
| | 200円 税込216円 現金 | | | | | | |
| 丼 | すき焼き丼 | 親子丼 | 鶏球飯 | 豆腐丼 | イカチリ丼 | | |
| | 764kcal 卵 19.2g 脂 23.0g 塩 3.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 813kcal 卵 35.6g 脂 22.8g 塩 3.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 709kcal 卵 22.9g 脂 18.8g 塩 3.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 688kcal 卵 23.9g 脂 18.9g 塩 2.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 692kcal 卵 20.5g 脂 11.1g 塩 3.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| ラーメン | 醤油ラーメン | 塩ラーメン | 豚骨ラーメン | 味噌ラーメン | ガッツリ煮干しの中華そば | | |
| | 367kcal 卵 13.8g 脂 4.9g 塩 6.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 362kcal 卵 32.4g 脂 11.2g 塩 8.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 367kcal 卵 31.5g 脂 11.7g 塩 6.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 415kcal 卵 34.5g 脂 12.1g 塩 8.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 481kcal 卵 16.3g 脂 15.4g 塩 8.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| セレクトデリ | チキンボールのトマト煮 | ペンネミートソース | イカリングフライ | 上海炒麺 | ロールキャベツ | | |
| | 125kcal 卵 6.7g 脂 4.7g 塩 0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 307kcal 卵 7.8g 脂 12.8g 塩 1.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 233kcal 卵 12.1g 脂 12.0g 塩 0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 234kcal 卵 7.2g 脂 7.5g 塩 1.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 82kcal 卵 4.2g 脂 3.2g 塩 2.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| | おでん | 春巻 | マカロニサラダ | キーマポテト | きのこパスタ | | |
| | 91kcal 卵 7.4g 脂 3.5g 塩 1.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 426kcal 卵 5.4g 脂 31.4g 塩 1.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 122kcal 卵 3.9g 脂 3.3g 塩 0.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 127kcal 卵 3.9g 脂 5.1g 塩 0.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 219kcal 卵 5.8g 脂 9.9g 塩 1.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| | 里芋とオクラの和え物 | 厚揚げの煮もの | 切干大根の煮物 | 筍と切揚げの和え物 | 人参しりしり | | |
| | 62kcal 卵 3.9g 脂 0.2g 塩 0.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 110kcal 卵 6.7g 脂 5.8g 塩 0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 93kcal 卵 3.3g 脂 1.4g 塩 1.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 111kcal 卵 5.3g 脂 6.9g 塩 0.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 121kcal 卵 6.8g 脂 7.2g 塩 1.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| |  ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉・アルコール類を使用しておりません | | | | | | |
| | チキンソテー トマトソース | 白身魚の塩焼き | ホタテ風味カツ | さわらのムニエル | 若鶏の塩焼 | | |
| | 201kcal 卵 13.3g 脂 13.6g 塩 0.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 93kcal 卵 17.2g 脂 1.4g 塩 1.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 202kcal 卵 7.2g 脂 8.6g 塩 1.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 251kcal 卵 21.2g 脂 14.0g 塩 0.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 289kcal 卵 16.1g 脂 22.2g 塩 0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| | 彩り良く新鮮な旬の野菜を使用したサラダをご用意致します。 | | | | | | |
| ※セレクトデリの成分値は食材100gに対しての表記になります | | | | | | | |


| 昼食定番メニュー | | おにぎり Rice ball | | いなり寿司 Inari sushi | | 納豆 Natto(Fermented soybeans) | | 冷奴 Tofu | | 麺トッピング |
|-----------------|---------------------------------------|----------------|--|-------------------------------|---|------------------------------|--|---------------|---------------------------------------|------------------------------|
| | | 100円 (税込108円) | 120円 (現金) | 100円 (税込108円) | 120円 (現金) | 50円 (税込54円) | 60円 (現金) | 50円 (税込54円) | 60円 (現金) | |
| 平日のみ提供 | うどん(並) Udon(regular) | 230円 (税込248円) | 270円 (現金) | うどん(大) Udon(large) | 330円 (税込356円) | 390円 (現金) | そば(並) Soba(regular) | 230円 (税込248円) | 270円 (現金) | 100円 (税込108円) 120円 (現金) |
| | 260kcal 卵 8.5g 脂 0.9g 塩 6.3g 小麦 | | 359kcal 卵 10.7g 脂 1.3g 塩 7.0g 小麦 | | 306kcal 卵 16.5g 脂 2.5g 塩 5.7g 小麦・そば | | 517kcal 卵 22.7g 脂 3.4g 塩 6.1g 小麦・そば | | | |
| 土日とも提供 | ライス(小) Rice(small) | 70円 (税込75円) | 80円 (現金) | ライス(並)(大) Rice(regular/large) | 110円 (税込118円) | 130円 (現金) | 本日の味噌汁 Miso soup | 30円 (税込32円) | 35円 (現金) | |
| | 240kcal 卵 4.1g 脂 0.6g 塩 0.0g | | 320kcal 卵 5.5g 脂 0.8g 塩 0.0g | | 39kcal 卵 3.0g 脂 1.4g 塩 1.2g | | | | | |
| | カレーライス(小) Curry rice(small) | 150円 (税込162円) | 180円 (現金) | カレーライス(並) Curry rice(regular) | 250円 (税込270円) | 300円 (現金) | カレーライス(大) Curry rice(large) | 330円 (税込356円) | 390円 (現金) | カレーソース(大) Curry sause(large) |
| | 356kcal 卵 7.5g 脂 10.4g 塩 1.7g 小麦・乳 | | 713kcal 卵 15.0g 脂 20.9g 塩 3.5g 小麦・乳 | | 1069kcal 卵 22.5g 脂 31.3g 塩 5.2g 小麦・乳 | | 297kcal 卵 7.9g 脂 19.9g 塩 3.5g 小麦・乳 | | 355kcal 卵 9.4g 脂 23.8g 塩 4.2g 小麦・乳 | |

- こちらは、職員証・学生証での御支払時の価格となっております。
- 定食・セットの栄養成分値にはライス・汁物・小鉢の成分値を含みません。
- うどん・そば・中華麺は同じ間で茹でております。
- 調理場では特定原材料(卵・乳・小麦・そば・落花生・エビ・カニ)を含む食材を調理しております。

こちらのマークの付いた料理は豚肉とアルコール類を使用しておりません。 This mark which has green and yellow humans raise their hands means it doesn't use pork and



朝食 Morning Menu

| | | | | | | | | |
|---------------------------------|---------------------------------|--|--|--|--|---|--|--|
| セレクトデリ | 143gまで 200円(税込) (ご飯・みそ汁付) | | | | | | | |
| | 143gより多い場合は 1.3円/g+税 |  ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉とアルコール類を使用しておりません | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| | 彩り良く新鮮な旬の野菜を使用したサラダなどをご用意致します | | | | | | | |
| ※セレクトデリの成分値は食材100gに対しての表記になります。 | | | | | | | | |
| 朝食定番メニュー | | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 (税込54円) 60円 (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 (税込54円) 60円 (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | ライス(小) Rice(small) 70円 (税込75円) 80円 (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 (税込118円) 130円 (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 (税込32円) 35円 (現金) 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g | | |

夕食 Dinner Menu 17:00-18:00

| | 【月】 3.26 | 【火】 3.27 | 【水】 3.28 | 【木】 3.29 | 【金】 3.30 | 【土】 3.31 |
|------------------------|--|--|---|--|--|----------|
| 定食 A | チキンのタルタル粒マスタード焼 357kcal 蛋17.2g 脂29.9g 塩1.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | メンチカツ 272kcal 蛋6.6g 脂17.8g 塩0.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 鶏のしそごま天ぷら 398kcal 蛋18.4g 脂23.9g 塩1.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ミックスグリル 305kcal 蛋19.9g 脂19.5g 塩1.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 揚鶏のコチュジャンソース 417kcal 蛋20.6g 脂27.9g 塩1.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | |
| 360円 430円 税込388円 現金 |  ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉・アルコール類を使用しておりません | | | | | |
| 定食 B | さばの中華煮込み 428kcal 蛋16.2g 脂36.0g 塩3.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | サーモンムニエル 157kcal 蛋18.6g 脂6.2g 塩0.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 鯖の西京焼き 205kcal 蛋18.4g 脂8.5g 塩1.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白身魚のとうもろこしあん 312kcal 蛋18.3g 脂16.2g 塩1.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白身魚の野菜たっぷり香味ユズソース 172kcal 蛋15.3g 脂5.2g 塩2.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | |
| 360円 430円 税込388円 現金 | | | | | | |
| 丼 小鉢付き | 中華丼 636kcal 蛋16.9g 脂12.9g 塩2.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 炊き込みご飯と白身魚フライ 602kcal 蛋19.6g 脂4.4g 塩3.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | きのこ牛丼 637kcal 蛋15.1g 脂14.3g 塩2.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | チキンカツ丼 852kcal 蛋26.7g 脂26.5g 塩3.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ネギ塩豚丼 665kcal 蛋18.8g 脂21.0g 塩1.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | |
| 360円 430円 税込388円 現金 | | | | | | |
| ラーメン 小鉢付き | 醤油ラーメン 367kcal 蛋13.8g 脂4.9g 塩6.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 塩ラーメン 362kcal 蛋32.4g 脂11.2g 塩8.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚骨ラーメン 367kcal 蛋31.5g 脂11.7g 塩6.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 味噌ラーメン 415kcal 蛋34.5g 脂12.1g 塩8.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ガッツリ煮干しの中華そば 481kcal 蛋16.3g 脂15.4g 塩8.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | |
| 360円 430円 税込388円 現金 | | | | | | |
| 和麺 小鉢付き | 野菜天うどん 338kcal 蛋9.9g 脂5.0g 塩6.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | カレーそば 664kcal 蛋27.0g 脂24.0g 塩3.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ちくわ天うどん 428kcal 蛋12.0g 脂7.9g 塩8.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | かき玉そば 443kcal 蛋22.3g 脂5.4g 塩5.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 山菜おろしうどん 272kcal 蛋9.2g 脂0.9g 塩7.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | |
| 360円 430円 税込388円 現金 | | | | | | |

| | | | |
|----------|--------|---|--|
| 夕食定番メニュー | 平日のみ提供 | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 (税込54円) 60円 (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 (税込54円) 60円 (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 |
| | 土日とも提供 | ライス(小) Rice(small) 70円 (税込75円) 80円 (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 (税込118円) 130円 (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g |
| | | カレーライス(小) Curry rice(small) 150円 (税込162円) 180円 (現金) 356kcal 蛋7.5g 脂10.4g 塩1.7g 小麦・乳 | カレーライス(並) Curry rice(regular) 250円 (税込270円) 300円 (現金) 713kcal 蛋15.0g 脂20.9g 塩3.5g 小麦・乳 |

昼食 Lunch Menu

平日 11:00-14:00
土日祝 11:30-13:30

| | 【月】 4.2 | 【火】 4.3 | 【水】 4.4 | 【木】 4.5 | 【金】 4.6 | 【土】 4.7 | 【日】 4.8 |
|-------------------------------|---|--|---|---|---|--|--|
| 定食 A | とろとろ卵と トマトソースの チキンソテー 272kcal 卵18.2g 脂17.7g 塩0.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 鶏肉の黒胡椒揚げ 349kcal 卵17.7g 脂25.1g 塩1.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ハンバーグ 435kcal 卵18.4g 脂26.3g 塩2.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚肉の ジャーマン焼き 393kcal 卵15.3g 脂28.3g 塩1.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 酢鶏 483kcal 卵20.4g 脂23.4g 塩3.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚天ぷら ピリ辛ポン酢ソース 425kcal 卵17.5g 脂30.6g 塩3.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 鶏タルタル焼き 485kcal 卵28.4g 脂31.5g 塩4.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば |
| 定食 B | メバルの南蛮漬け 188kcal 卵16.3g 脂7.0g 塩2.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白身魚の トウチソース 188kcal 卵20.7g 脂10.3g 塩5.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | さばの竜田揚げ 香味ソース 463kcal 卵17.6g 脂36.8g 塩1.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ジャンボ あじフライ 238kcal 卵13.4g 脂18.9g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | さごしの蒸し焼き 葱ソース 175kcal 卵16.8g 脂7.8g 塩1.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| メイン ディッシュ | 黒毛和牛コロッケ 257kcal 卵5.4g 脂13.2g 塩0.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚と野菜のチリ炒め 313kcal 卵11.0g 脂22.4g 塩1.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | にらレバー炒め 210kcal 卵14.3g 脂11.7g 塩1.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 棒々鶏 232kcal 卵18.2g 脂14.2g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 大阪風お好み焼き 296kcal 卵9.0g 脂12.7g 塩1.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| 丼 | カツ丼 690kcal 卵19.7g 脂14.2g 塩2.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | カニあんかけ炒飯 596kcal 卵18.6g 脂12.5g 塩1.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 春のちらし寿司 562kcal 卵12.5g 脂3.5g 塩4.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | キーマカレー 724kcal 卵17.4g 脂20.5g 塩3.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚焼肉丼 950kcal 卵23.3g 脂44.3g 塩2.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 天津飯 662kcal 卵21.2g 脂14.5g 塩3.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 中華飯 636kcal 卵18.3g 脂13.7g 塩2.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば |
| ラーメン | 塩ラーメン 399kcal 卵35.5g 脂13.8g 塩8.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 味噌ラーメン 415kcal 卵34.5g 脂12.1g 塩8.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 担々麺 623kcal 卵20.8g 脂26.7g 塩5.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ワンタンメン 442kcal 卵36.1g 脂17.0g 塩8.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚骨ラーメン 367kcal 卵31.5g 脂11.7g 塩6.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| セレクト デリ | 水餃子 180kcal 卵7.0g 脂6.7g 塩1.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | キャベツとちくわの ごま和え 129kcal 卵4.2g 脂7.0g 塩1.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 大根・胡瓜・ 玉葱・ハムのサラ ダ 40kcal 卵2.9g 脂0.4g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ソースチキン 266kcal 卵16.0g 脂17.3g 塩0.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白菜の 中華五目和え 44kcal 卵1.6g 脂2.1g 塩0.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| | 焼きビーフン 169kcal 卵3.2g 脂6.6g 塩0.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | おから入り ポテトサラダ 170kcal 卵2.1g 脂11.8g 塩0.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | チョコレートケーキ 334kcal 卵5.0g 脂18.8g 塩0.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 海苔しおポテト 168kcal 卵1.7g 脂10.1g 塩0.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 蓮根と南瓜の マスタード和え 181kcal 卵2.4g 脂11.9g 塩0.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| | 木耳ともやしの 中華和え 58kcal 卵2.1g 脂3.1g 塩1.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | シーフード 塩焼きそば 472kcal 卵14.5g 脂15.3g 塩2.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | じゃが芋と 菜の花のソテー 112kcal 卵2.2g 脂5.1g 塩1.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | キャロットラペ 98kcal 卵1.2g 脂3.0g 塩0.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ひじきと大豆煮 119kcal 卵5.8g 脂5.6g 塩1.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| |  ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉・アルコール類を使用しておりません | | | | | | |
| | 菜の花コロッケ 133kcal 卵2.5g 脂7.8g 塩0.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | タンダリーチキン 280kcal 卵19.0g 脂20.5g 塩0.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白身魚の バジル風味 137kcal 卵15.8g 脂6.2g 塩1.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ツナときのこの パスタ 178kcal 卵6.3g 脂7.4g 塩0.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | トマトリゾットコロッケ 92kcal 卵0.0g 脂10.0g 塩0.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| 彩り良く新鮮な旬の野菜を使用したサラダをご用意致します。 | | | | | | | |
| ※セレクトデリの内容は食材100gに対しての表記になります | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|----------------------|--------------------|--|---|--|---|---|--|
| 昼食定番 メニュー | 平日のみ 提供 | おにぎり Rice ball 100円 120円 (税込108円) (現金) 227kcal 卵3.7g 脂0.5g 塩0.5g | いなり寿司 Inari sushi 100円 120円 (税込108円) (現金) 126kcal 卵2.7g 脂2.2g 塩0.6g 小麦 | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 60円 (税込54円) (現金) 86kcal 卵6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 60円 (税込54円) (現金) 38kcal 卵3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | | |
| | | うどん(並) Udon(regular) 230円 270円 (税込248円) (現金) 260kcal 卵8.5g 脂0.9g 塩6.3g 小麦 | うどん(大) Udon(large) 330円 390円 (税込356円) (現金) 359kcal 卵10.7g 脂1.3g 塩7.0g 小麦 | そば(並) Soba(regular) 230円 270円 (税込248円) (現金) 306kcal 卵16.5g 脂2.5g 塩5.7g 小麦・そば | そば(大) Soba(large) 330円 390円 (税込356円) (現金) 517kcal 卵22.7g 脂3.4g 塩6.1g 小麦・そば | 麺トッピング 100円 120円 (税込108円) (現金) | |
| | 土日も 提供 | ライス(小) Rice(small) 70円 80円 (税込75円) (現金) 240kcal 卵4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 130円 (税込118円) (現金) 320kcal 卵5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 35円 (税込32円) (現金) 39kcal 卵3.0g 脂1.4g 塩1.2g | | | |
| | | カレーライス(小) Curry rice(small) 150円 180円 (税込162円) (現金) 356kcal 卵7.5g 脂10.4g 塩1.7g 小麦・乳 | カレーライス(並) Curry rice(regular) 250円 300円 (税込270円) (現金) 713kcal 卵15.0g 脂20.9g 塩3.5g 小麦・乳 | カレーライス(大) Curry rice(large) 330円 390円 (税込356円) (現金) 1069kcal 卵22.5g 脂31.3g 塩5.2g 小麦・乳 | カレーソース(並) Curry sause(regular) 150円 180円 (税込162円) (現金) 297kcal 卵7.9g 脂19.9g 塩3.5g 小麦・乳 | カレーソース(大) Curry sause(large) 200円 240円 (税込216円) (現金) 355kcal 卵9.4g 脂23.8g 塩4.2g 小麦・乳 | |

- こちらは、職員証・学生証での御支払時の価格となっております。
- 定食・セットの栄養成分値にはライス・汁物・小鉢の成分値を含みません。
- うどん・そば・中華麺は同じ間で茹でております。
- 調理場では特定原材料(卵・乳・小麦・そば・落花生・エビ・カニ)を含む食材を調理しております。

こちらのマークの付いた料理は
豚肉とアルコール類を使用しておりません。
This mark which has green and yellow humans
raise their hands means it doesn't use pork and



朝食 Morning Menu

8:00-9:30

| | | 【月】 4.2 | 【火】 4.3 | 【水】 4.4 | 【木】 4.5 | 【金】 4.6 | |
|----------|--|--|---|---|--|--|--|
| セレクトデリ | 143gまで 200円(税込) (ご飯・みそ汁付) 143gより多い場合は 1.3円/g+税 | ソーセージ <small>198kcal 蛋10.8g 脂13.9g 塩1.5g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | きんぴらごぼう <small>123kcal 蛋2.2g 脂3.3g 塩1.1g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ナポリタン <small>646kcal 蛋22.7g 脂22.0g 塩4.6g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 照り焼きつくね <small>180kcal 蛋7.7g 脂9.9g 塩1.4g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | チキンマリネ <small>223kcal 蛋12.2g 脂15.2g 塩0.6g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | |
| | | ほうれん草オムレツ <small>153kcal 蛋9.2g 脂11.9g 塩0.7g</small> エビ カニ 落花生 卵 | オーシャンキングオムレツ <small>131kcal 蛋6.7g 脂7.5g 塩0.8g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 野菜オムレツ <small>153kcal 蛋8.1g 脂11.2g 塩0.6g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 玉子ロール <small>88kcal 蛋5.2g 脂3.8g 塩1.0g</small> エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 千草卵焼 <small>155kcal 蛋9.1g 脂11.8g 塩0.8g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | |
| | | ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉とアルコール類を使用しておりません | | | | | |
| | | 菜の花コロッケ <small>133kcal 蛋2.5g 脂7.8g 塩0.5g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | タンドリーチキン <small>280kcal 蛋19.0g 脂20.5g 塩0.8g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白身魚のバジル風味 <small>137kcal 蛋15.8g 脂6.2g 塩1.1g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ツナときのこの pasta <small>178kcal 蛋6.3g 脂7.4g 塩0.5g</small> エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | トマトリゾットコロッケ <small>92kcal 蛋0.0g 脂10.0g 塩0.0g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | |
| | | 彩り良く新鮮な旬の野菜を使用したサラダなどをご用意致します ※セレクトデリの成分値は食材100gに対しての表記になります。 | | | | | |
| 朝食定番メニュー | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 (税込54円) 60円 (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 (税込54円) 60円 (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | ライス(小) Rice(small) 70円 (税込75円) 80円 (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 (税込118円) 130円 (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 (税込32円) 35円 (現金) 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g | | |

夕食 Dinner Menu


17:00-20:30

| | 【月】 4.2 | 【火】 4.3 | 【水】 4.4 | 【木】 4.5 | 【金】 4.6 | 【土】 4.7 | 【日】 4.8 |
|-----------|---|---|---|---|--|---|---|
| 定食 A | 鶏の塩ダレ焼 <small>240kcal 蛋13.3g 脂17.5g 塩1.2g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚肉のマヨマスタード焼き <small>613kcal 蛋19.2g 脂54.2g 塩2.0g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | チキングリルのトマトバジルソース <small>269kcal 蛋20.0g 脂16.8g 塩1.9g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | チキンソテーレモンクリームソース <small>341kcal 蛋20.6g 脂22.3g 塩1.7g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚肉のソテーシャリアピンソース <small>370kcal 蛋22.6g 脂28.2g 塩1.1g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ごま焼きチキンのサルサソース <small>215kcal 蛋15.6g 脂13.3g 塩0.9g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ミックスフライ <small>397kcal 蛋17.3g 脂18.4g 塩1.4g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば |
| 定食 B | ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉・アルコール類を使用しておりません | | | | | | |
| 定食 B | 白身魚の山椒風味 <small>96kcal 蛋15.6g 脂1.2g 塩0.8g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | さんまフライ <small>354kcal 蛋13.5g 脂24.9g 塩0.9g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | カニクリームコロッケ <small>355kcal 蛋6.6g 脂25.5g 塩0.7g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白身魚のフリッタータルタルソース <small>299kcal 蛋20.5g 脂21.0g 塩0.7g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | さわらの幽庵焼き <small>206kcal 蛋17.2g 脂7.8g 塩3.2g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| 丼 小鉢付き | 肉みそ丼 <small>658kcal 蛋17.2g 脂16.1g 塩1.6g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 筍ご飯と白身魚フライ <small>577kcal 蛋20.0g 脂3.6g 塩3.8g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | スタミナ丼 <small>594kcal 蛋19.2g 脂10.0g 塩2.1g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 親子丼 <small>813kcal 蛋35.6g 脂22.8g 塩3.4g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | エビカツ丼 <small>856kcal 蛋31.0g 脂25.2g 塩2.7g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 麻婆茄子飯 <small>668kcal 蛋17.4g 脂17.7g 塩2.4g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豆腐と玉子のふあふあご飯 <small>744kcal 蛋29.2g 脂21.5g 塩3.3g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば |
| ラーメン 小鉢付き | ワンタンメン <small>442kcal 蛋36.1g 脂17.0g 塩8.2g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 味噌ラーメン <small>415kcal 蛋34.5g 脂12.1g 塩8.1g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 担々麺 <small>623kcal 蛋20.8g 脂26.7g 塩5.9g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 塩ラーメン <small>399kcal 蛋35.5g 脂13.8g 塩8.6g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚骨ラーメン <small>367kcal 蛋31.5g 脂11.7g 塩6.4g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| 和麺 小鉢付き | なめこおろしうどん <small>341kcal 蛋12.1g 脂4.6g 塩6.8g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | かき揚げそば <small>531kcal 蛋18.2g 脂12.8g 塩6.1g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | けんちんうどん <small>341kcal 蛋15.8g 脂5.6g 塩5.0g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | とろろそば <small>413kcal 蛋17.7g 脂2.5g 塩7.5g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 肉うどん <small>426kcal 蛋15.1g 脂14.1g 塩7.3g</small> エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |

| | | | | |
|----------|--------|--|---|--|
| 夕食定番メニュー | 平日のみ提供 | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 (税込54円) 60円 (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 (税込54円) 60円 (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | |
| | 土日とも提供 | ライス(小) Rice(small) 70円 (税込75円) 80円 (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 (税込118円) 130円 (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 (税込32円) 35円 (現金) 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g |
| | | カレーライス(小) Curry rice(small) 150円 (税込162円) 180円 (現金) 356kcal 蛋7.5g 脂10.4g 塩1.7g 小麦・乳 | カレーライス(並) Curry rice(regular) 250円 (税込270円) 300円 (現金) 713kcal 蛋15.0g 脂20.9g 塩3.5g 小麦・乳 | カレーライス(大) Curry rice(large) 330円 (税込356円) 390円 (現金) 1069kcal 蛋22.5g 脂31.3g 塩5.2g 小麦・乳 |

昼食 Lunch Menu

平日 11:00-14:00
土日祝 11:30-13:30

| | 【月】 4.9 | 【火】 4.10 | 【水】 4.11 | 【木】 4.12 | 【金】 4.13 | 【土】 4.14 | 【日】 4.15 | | |
|--------------------------------|---|--|---|--|---|---|---|--|--|
| 定食 A | 北海道帯広豚焼風 403kcal 蛋18.4g 脂25.5g 塩3.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | チキンカツ 415kcal 蛋19.8g 脂27.7g 塩1.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 本格四川麻婆豆腐 285kcal 蛋17.6g 脂18.3g 塩2.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 油淋鶏 398kcal 蛋19.5g 脂28.7g 塩2.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 蒸し鶏の豆腐マヨソース 272kcal 蛋20.6g 脂19.7g 塩0.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | とろーりたまごのメンチカツ 258kcal 蛋8.2g 脂15.1g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 鶏肉のはちみつマスタード焼 283kcal 蛋16.6g 脂18.7g 塩1.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| 定食 B | カレイの天ぷらポン酢あん 326kcal 蛋19.2g 脂17.5g 塩2.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白身魚のチーズ照り焼き 202kcal 蛋20.8g 脂8.3g 塩2.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 鯖の西京焼き 186kcal 蛋18.0g 脂8.1g 塩1.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | さばの竜田揚げ黒酢あん 392kcal 蛋15.2g 脂25.3g 塩2.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白身魚の酸辣湯ソース 106kcal 蛋15.2g 脂2.0g 塩2.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | | | |
| メインディッシュ | イカと野菜のスタミナ炒め 187kcal 蛋12.8g 脂8.7g 塩2.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ピーマン肉詰めフライ 306kcal 蛋6.4g 脂17.8g 塩1.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | コロケタルタル焼き 485kcal 蛋8.6g 脂38.8g 塩1.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | にら玉炒め 76kcal 蛋4.5g 脂5.1g 塩0.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚肉と筍と蒟蒻のオイスター炒め 117kcal 蛋6.0g 脂7.6g 塩1.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | | | |
| 丼 | 小松菜と鶏のピリ辛丼 682kcal 蛋22.2g 脂17.5g 塩1.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 沖縄風野菜チャンプルー丼 681kcal 蛋16.4g 脂21.6g 塩3.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | どて丼 631kcal 蛋17.4g 脂8.6g 塩1.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | オムライス 672kcal 蛋20.1g 脂15.0g 塩2.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 岡山風デミカツ丼 923kcal 蛋28.2g 脂36.8g 塩1.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | シーフードピラフクリームソースかけ 594kcal 蛋14.8g 脂10.4g 塩3.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | カニと豆腐のあんかけ丼 589kcal 蛋17.6g 脂9.7g 塩3.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| ラーメン | 醤油ラーメン 384kcal 蛋32.8g 脂13.3g 塩7.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | まろやか白味噌ラーメン 425kcal 蛋17.6g 脂6.5g 塩6.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | サンマー麺 565kcal 蛋36.4g 脂26.7g 塩9.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 芝麻湯麺 482kcal 蛋17.1g 脂14.2g 塩7.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 柚子風味のネギ塩ラーメン 364kcal 蛋15.2g 脂3.9g 塩6.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | | | |
| セレクトデリ | フライドチキン生姜味噌 372kcal 蛋19.9g 脂24.8g 塩3.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白菜と豚肉の柚子香和え 104kcal 蛋5.7g 脂5.7g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | たけのこと豆苗の和え物 26kcal 蛋2.9g 脂0.2g 塩0.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 肉団子の酢豚風 349kcal 蛋12.0g 脂19.5g 塩2.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 春巻 426kcal 蛋5.4g 脂31.4g 塩1.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | | | |
| | しらたきのきんぴら 171kcal 蛋2.0g 脂10.1g 塩3.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 切り昆布と半平の煮物 85kcal 蛋4.3g 脂1.2g 塩1.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 肉じゃが 186kcal 蛋5.4g 脂8.9g 塩1.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豆腐ステーキ肉味噌ソース 321kcal 蛋15.0g 脂15.0g 塩3.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | オクラ・大根・トマトのマリネ 109kcal 蛋0.9g 脂0.1g 塩1.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | | | |
| | 枝豆とひじきとイカのマヨ和え 197kcal 蛋11.7g 脂14.8g 塩0.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 揚げ茄子と鶏肉のみぞれ煮 114kcal 蛋4.1g 脂7.9g 塩0.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白身魚のトマトソース 104kcal 蛋14.5g 脂1.2g 塩0.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 大根サラダ 122kcal 蛋0.7g 脂11.8g 塩0.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | キムチ炒飯 438kcal 蛋16.1g 脂22.4g 塩1.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | | | |
| |  ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉・アルコール類を使用しておりません | | | | | | | | |
| | 白身魚の塩焼き 93kcal 蛋17.2g 脂1.4g 塩1.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | シーフードパスタ 168kcal 蛋12.2g 脂6.7g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ホタテ風味カツ 202kcal 蛋7.2g 脂8.6g 塩1.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 野菜コロケ 251kcal 蛋3.8g 脂12.1g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白身魚のムニエル 158kcal 蛋18.1g 脂5.6g 塩1.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | | | |
| 彩り良く新鮮な旬の野菜を使用したサラダをご用意致します。 | | | | | | | | | |
| ※セレクトデリの成分値は食材100gに対しての表記になります | | | | | | | | | |

| 昼食定番メニュー | 平日のみ提供 | おにぎり Rice ball | いなり寿司 Inari sushi | 納豆 Natto(Fermented soybeans) | 冷奴 Tofu | 麺トッピング | | | |
|----------|--------|--------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| | | 100円 120円 (税込108円) (現金) | 100円 120円 (税込108円) (現金) | 50円 60円 (税込54円) (現金) | 50円 60円 (税込54円) (現金) | | 227kcal 蛋3.7g 脂0.5g 塩0.5g | 227kcal 蛋2.7g 脂2.2g 塩0.6g | 266kcal 蛋8.5g 脂0.9g 塩6.3g |
| 土日も提供 | | うどん(並) Udon(regular) | うどん(大) Udon(large) | そば(並) Soba(regular) | そば(大) Soba(large) | 100円 120円 (税込108円) (現金) | | | |
| | | 230円 270円 (税込248円) (現金) | 330円 390円 (税込356円) (現金) | 230円 270円 (税込248円) (現金) | 330円 390円 (税込356円) (現金) | | 260kcal 蛋8.5g 脂0.9g 塩6.3g | 359kcal 蛋10.7g 脂1.3g 塩7.0g | 306kcal 蛋16.5g 脂2.5g 塩5.7g |
| | | ライス(小) Rice(small) | ライス(並)(大) Rice(regular/large) | 本日の味噌汁 Miso soup | | | | | |
| | | 70円 80円 (税込75円) (現金) | 110円 130円 (税込118円) (現金) | 30円 35円 (税込32円) (現金) | 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g | | | | |
| | | カレーライス(小) Curry rice(small) | カレーライス(並) Curry rice(regular) | カレーライス(大) Curry rice(large) | カレーソース(並) Curry sause(regular) | カレーソース(大) Curry sause(large) | | | |
| | | 150円 180円 (税込162円) (現金) | 250円 300円 (税込270円) (現金) | 330円 390円 (税込356円) (現金) | 150円 180円 (税込162円) (現金) | 200円 240円 (税込216円) (現金) | 356kcal 蛋7.5g 脂10.4g 塩1.7g | 713kcal 蛋15.0g 脂20.9g 塩3.5g | 1069kcal 蛋22.5g 脂31.3g 塩5.2g |

- こちらは、職員証・学生証での御支払時の価格となっております。
- 定食・セットの栄養成分値にはライス・汁物・小鉢の成分値を含みません。
- うどん・そば・中華麺は同じ間で茹でております。
- 調理場では特定原材料(卵・乳・小麦・そば・落花生・エビ・カニ)を含む食材を調理しております。

こちらのマークの付いた料理は豚肉とアルコール類を使用しておりません。
This mark which has green and yellow humans raise their hands means it doesn't use pork and



朝食 Morning Menu

8:00-9:30

| | | 【月】 4.9 | 【火】 4.10 | 【水】 4.11 | 【木】 4.12 | 【金】 4.13 | |
|----------|--|---|---|---|--|---|--|
| セレクトデリ | 143gまで 200円(税込) (ご飯・みそ汁付) 143gより多い場合は 1.3円/g+税 | キャベツとベーコンのソテー 299kcal 蛋9.1g 脂23.1g 塩1.5g 卵 乳 小麦 そば | ハムカツ 282kcal 蛋8.9g 脂13.6g 塩1.5g 卵 乳 小麦 そば | ミートボール 135kcal 蛋7.9g 脂3.6g 塩1.4g 卵 乳 小麦 そば | ロールキャベツ 82kcal 蛋4.2g 脂3.2g 塩2.4g 卵 乳 小麦 そば | ほうれん草 さっぱりごま和え 47kcal 蛋4.7g 脂1.0g 塩1.2g 卵 乳 小麦 そば | |
| | | 厚焼き玉子 105kcal 蛋5.6g 脂5.6g 塩0.7g 卵 | オムレツ 149kcal 蛋6.3g 脂8.1g 塩1.1g 卵 | 温泉玉子 143kcal 蛋12.0g 脂9.6g 塩0.3g 卵 | スクランブルエッグ 194kcal 蛋9.5g 脂13.3g 塩1.4g 卵 乳 | ミートオムレツ 71kcal 蛋5.9g 脂3.1g 塩0.9g 卵 乳 小麦 | |
| | | ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉とアルコール類を使用しておりません | | | | | |
| | | 白身魚の塩焼き 93kcal 蛋17.2g 脂1.4g 塩1.4g 卵 | シーフードパスタ 168kcal 蛋12.2g 脂6.7g 塩0.9g 卵 乳 小麦 そば | ホタテ風味カツ 202kcal 蛋7.2g 脂8.6g 塩1.2g 卵 乳 小麦 そば | 野菜コロッケ 251kcal 蛋3.8g 脂12.1g 塩0.9g 卵 乳 小麦 そば | 白身魚のムニエル 158kcal 蛋18.1g 脂5.6g 塩1.0g 卵 乳 小麦 そば | |
| | | 彩り良く新鮮な旬の野菜を使用したサラダなどをご用意致します ※セレクトデリの成分値は食材100gに対しての表記になります。 | | | | | |
| 朝食定番メニュー | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 60円 (税込54円) (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 60円 (税込54円) (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | ライス(小) Rice(small) 70円 80円 (税込75円) (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 130円 (税込118円) (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 35円 (税込32円) (現金) 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g | | |

夕食 Dinner Menu

17:00-20:30

| | 【月】 4.9 | 【火】 4.10 | 【水】 4.11 | 【木】 4.12 | 【金】 4.13 | 【土】 4.14 | 【日】 4.15 |
|------------------|--|---|---|---|--|---|--|
| 定食 A | 鶏肉のパリパリ揚げ 葱ソース 477kcal 蛋17.6g 脂25.8g 塩3.3g 卵 | 豚肉の 香草パン粉焼き 459kcal 蛋25.5g 脂24.2g 塩2.2g 卵 | チキンフリッター 402kcal 蛋24.4g 脂17.2g 塩2.5g 卵 | ポークソテー おろしポン酢 325kcal 蛋21.2g 脂23.1g 塩1.4g 卵 | チーズバーグの トマトソース 220kcal 蛋13.6g 脂12.9g 塩1.5g 卵 | 鶏の バジルオイル焼き 258kcal 蛋16.6g 脂20.1g 塩1.2g 卵 | 鶏のから揚げ 山賊ソース 416kcal 蛋18.6g 脂25.7g 塩2.0g 卵 |
| 定食 B | ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉・アルコール類を使用しておりません | | | | | | |
| | さごしの 明太マヨ焼き 326kcal 蛋20.2g 脂24.1g 塩1.4g 卵 | サーモンフライ 324kcal 蛋18.8g 脂22.4g 塩0.6g 卵 | 白身魚の甘酢あん 386kcal 蛋14.5g 脂16.5g 塩2.1g 卵 | 鯖の塩焼き 167kcal 蛋17.1g 脂8.2g 塩1.1g 卵 | 油淋魚 (ユーリンスイ) 373kcal 蛋22.5g 脂16.2g 塩1.9g 卵 | | |
| 丼 小鉢付き | 味噌カツ丼 768kcal 蛋21.3g 脂17.3g 塩2.6g 卵 | イカ天とじ丼 668kcal 蛋24.9g 脂11.5g 塩2.5g 卵 | 鶏の照焼き 山椒風味丼 748kcal 蛋25.4g 脂18.6g 塩3.5g 卵 | そばろ丼 680kcal 蛋25.5g 脂17.0g 塩1.7g 卵 | 鶏しゃぶの サラダ丼 653kcal 蛋21.8g 脂10.3g 塩1.3g 卵 | 魚天丼 691kcal 蛋24.2g 脂11.7g 塩1.4g 卵 | 豚他人丼 651kcal 蛋21.8g 脂14.1g 塩2.3g 卵 |
| ラーメン 小鉢付き | 醤油ラーメン 384kcal 蛋32.8g 脂13.3g 塩7.3g 卵 | まろやか 白味噌ラーメン 425kcal 蛋17.6g 脂6.5g 塩6.3g 卵 | サンマー麺 565kcal 蛋36.4g 脂26.7g 塩9.4g 卵 | 芝麻湯麺 482kcal 蛋17.1g 脂14.2g 塩7.1g 卵 | 柚子風味の ネギ塩ラーメン 364kcal 蛋15.2g 脂3.9g 塩6.0g 卵 | | |
| 和麺 小鉢付き | かき揚げうどん 425kcal 蛋10.2g 脂11.4g 塩6.7g 卵 | きのこそば 372kcal 蛋17.9g 脂2.5g 塩6.1g 卵 | 山菜おろしうどん 272kcal 蛋9.2g 脂0.9g 塩7.2g 卵 | たぬきそば 411kcal 蛋17.5g 脂5.0g 塩6.2g 卵 | 玉子とじうどん 329kcal 蛋15.3g 脂7.0g 塩4.7g 卵 | | |

| | | | | | | |
|----------|--------|--|---|--|---|---|
| 夕食定番メニュー | 平日のみ提供 | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 60円 (税込54円) (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 60円 (税込54円) (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | | | |
| | 土日も提供 | ライス(小) Rice(small) 70円 80円 (税込75円) (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 130円 (税込118円) (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 35円 (税込32円) (現金) 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g | | |
| | | カレーライス(小) Curry rice(small) 150円 180円 (税込162円) (現金) 356kcal 蛋7.5g 脂10.4g 塩1.7g 小麦・乳 | カレーライス(並) Curry rice(regular) 250円 300円 (税込270円) (現金) 713kcal 蛋15.0g 脂20.9g 塩3.5g 小麦・乳 | カレーライス(大) Curry rice(large) 330円 390円 (税込356円) (現金) 1069kcal 蛋22.5g 脂31.3g 塩5.2g 小麦・乳 | カレーソース(並) Curry sause(regular) 150円 180円 (税込162円) (現金) 297kcal 蛋7.9g 脂19.9g 塩3.5g 小麦・乳 | カレーソース(大) Curry sause(large) 200円 240円 (税込216円) (現金) 355kcal 蛋9.4g 脂23.8g 塩4.2g 小麦・乳 |

昼食 Lunch Menu

平日 11:00-14:00
土日祝 11:30-13:30

| | 【月】 4.16 | 【火】 4.17 | 【水】 4.18 | 【木】 4.19 | 【金】 4.20 | 【土】 4.21 | 【日】 4.22 |
|--------------------------------|---|---|--|--|--|---|--|
| 定食 A | 豚カツおろしポン酢 388kcal 蛋17.9g 脂22.5g 塩2.0g 卵 乳 小麦 そば | 鶏のから揚げ 409kcal 蛋21.2g 脂29.7g 塩0.9g 卵 乳 小麦 そば | ハンバーグ和風ソース 273kcal 蛋15.6g 脂11.9g 塩2.3g 卵 乳 小麦 そば | チキンのミートソース焼き 385kcal 蛋19.9g 脂26.3g 塩1.6g 卵 乳 小麦 そば | ミックスフライ 379kcal 蛋15.7g 脂24.7g 塩1.4g 卵 乳 小麦 そば | カレイフライ 214kcal 蛋11.3g 脂10.9g 塩0.7g 卵 乳 小麦 そば | 若鶏のレモンペッパー焼き 269kcal 蛋16.6g 脂21.3g 塩1.4g 卵 乳 小麦 そば |
| 定食 B | カレイのきのこクリームソース 276kcal 蛋19.6g 脂19.0g 塩1.6g 卵 乳 小麦 そば | さばの味噌煮 388kcal 蛋18.3g 脂27.2g 塩1.6g 卵 乳 小麦 そば | 白身魚の唐揚げ 205kcal 蛋17.9g 脂11.5g 塩0.7g 卵 乳 小麦 そば | まぐろカツ 245kcal 蛋12.8g 脂13.2g 塩0.8g 卵 乳 小麦 そば | 白身魚のカレーピカタ 317kcal 蛋19.0g 脂22.2g 塩1.5g 卵 乳 小麦 そば | | |
| メインディッシュ | 樺太ししゃもフライ 211kcal 蛋9.3g 脂13.8g 塩1.0g 卵 乳 小麦 そば | 豚肉とキャベツの味噌キムチ炒め 296kcal 蛋13.9g 脂18.3g 塩2.1g 卵 乳 小麦 そば | もやしチャンプルー 200kcal 蛋10.8g 脂15.3g 塩0.7g 卵 乳 小麦 そば | 黒毛和牛コロッケ 257kcal 蛋5.4g 脂13.2g 塩0.7g 卵 乳 小麦 そば | 目玉焼きのせ焼きそば 349kcal 蛋13.5g 脂13.0g 塩2.0g 卵 乳 小麦 そば | | |
| 丼 | 牛すじ丼 563kcal 蛋25.1g 脂4.1g 塩1.5g 卵 乳 小麦 そば | そばろ丼 680kcal 蛋25.5g 脂17.0g 塩1.7g 卵 乳 小麦 そば | 鶏ごぼうの甘辛丼 799kcal 蛋24.0g 脂23.1g 塩2.7g 卵 乳 小麦 そば | 宮城鮭はらこ飯風 599kcal 蛋27.0g 脂6.8g 塩2.3g 卵 乳 小麦 そば | ハッシュドチキン 630kcal 蛋15.2g 脂20.1g 塩3.0g 卵 乳 小麦 そば | 豚肉の甘だれ丼 797kcal 蛋24.4g 脂26.5g 塩2.5g 卵 乳 小麦 そば | 海鮮中華飯 677kcal 蛋16.4g 脂19.9g 塩2.4g 卵 乳 小麦 そば |
| ラーメン | 醤油ラーメン 384kcal 蛋32.8g 脂13.3g 塩7.3g 卵 乳 小麦 そば | カレーラーメン 660kcal 蛋41.0g 脂32.2g 塩8.0g 卵 乳 小麦 そば | 和風豚骨ラーメン 386kcal 蛋16.3g 脂5.9g 塩8.2g 卵 乳 小麦 そば | 酸辣湯風五目麺 620kcal 蛋22.2g 脂20.8g 塩9.0g 卵 乳 小麦 そば | わかめラーメン 391kcal 蛋17.2g 脂5.7g 塩10.9g 卵 乳 小麦 そば | | |
| セレクトデリ | 豆腐のすき煮かけ 107kcal 蛋6.7g 脂5.4g 塩0.9g 卵 小麦 そば | チキンとポテトのバルサミコンテ 306kcal 蛋15.2g 脂14.4g 塩1.6g 卵 乳 小麦 そば | 納豆やっこ 104kcal 蛋8.6g 脂5.4g 塩0.2g 卵 乳 小麦 そば | 照り焼きチキン 292kcal 蛋21.2g 脂17.6g 塩1.1g 卵 乳 小麦 そば | 豆腐グラタン 152kcal 蛋9.4g 脂9.3g 塩1.0g 卵 乳 小麦 そば | | |
| | 白身魚のバジル焼き 104kcal 蛋7.7g 脂4.5g 塩0.9g 卵 乳 小麦 そば | 4種豆のカラフルサラダ 105kcal 蛋5.0g 脂5.6g 塩0.3g 卵 乳 小麦 そば | 五目大豆 189kcal 蛋7.2g 脂8.5g 塩1.5g 卵 乳 小麦 そば | 炒飯 167kcal 蛋4.2g 脂1.0g 塩1.0g 卵 乳 小麦 そば | キャベツたっぷりポテトサラダ 82kcal 蛋1.8g 脂2.5g 塩0.4g 卵 乳 小麦 そば | | |
| | 卵入りマカロニサラダ 156kcal 蛋6.4g 脂3.4g 塩0.8g 卵 乳 小麦 そば | ふきと筍の煮物 63kcal 蛋3.3g 脂2.1g 塩1.5g 卵 乳 小麦 そば | ブロッコリーとツナの炒め和え 102kcal 蛋7.5g 脂6.7g 塩0.9g 卵 乳 小麦 そば | 春巻 426kcal 蛋5.4g 脂31.4g 塩1.3g 卵 乳 小麦 そば | 蓮根と南瓜のマスタード和え 181kcal 蛋2.4g 脂11.9g 塩0.4g 卵 乳 小麦 そば | | |
| |  ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉・アルコール類を使用しておりません | | | | | | |
| | セサミチキン 236kcal 蛋23.6g 脂14.5g 塩0.9g 卵 乳 小麦 そば | 白身魚フライ 274kcal 蛋12.8g 脂12.0g 塩0.7g 卵 乳 小麦 そば | 吹きよせ 128kcal 蛋5.7g 脂2.6g 塩2.9g 卵 乳 小麦 そば | コーンクリームコロッケ 153kcal 蛋5.3g 脂4.5g 塩0.7g 卵 乳 小麦 そば | 玉葱とツナのペンネ 199kcal 蛋5.5g 脂10.6g 塩0.1g 卵 乳 小麦 そば | | |
| 彩り良く新鮮な旬の野菜を使用したサラダをご用意致します。 | | | | | | | |
| ※セレクトデリの成分値は食材100gに対しての表記になります | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|-----------------|---------------|--|---|--|---|---|--|
| 昼食定番メニュー | 平日のみ提供 | おにぎり Rice ball 100円 120円 (税込108円) (現金) 227kcal 蛋3.7g 脂0.5g 塩0.5g | いなり寿司 Inari sushi 100円 120円 (税込108円) (現金) 126kcal 蛋2.7g 脂2.2g 塩0.6g 小麦 | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 60円 (税込54円) (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 60円 (税込54円) (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | | |
| | | うどん(並) Udon(regular) 230円 270円 (税込248円) (現金) 260kcal 蛋8.5g 脂0.9g 塩6.3g 小麦 | うどん(大) Udon(large) 330円 390円 (税込356円) (現金) 359kcal 蛋10.7g 脂1.3g 塩7.0g 小麦 | そば(並) Soba(regular) 230円 270円 (税込248円) (現金) 306kcal 蛋16.5g 脂2.5g 塩5.7g 小麦・そば | そば(大) Soba(large) 330円 390円 (税込356円) (現金) 517kcal 蛋22.7g 脂3.4g 塩6.1g 小麦・そば | 麺トッピング 100円 120円 (税込108円) (現金) | |
| | 土日も提供 | ライス(小) Rice(small) 70円 80円 (税込75円) (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 130円 (税込118円) (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 35円 (税込32円) (現金) 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g | | | |
| | | カレーライス(小) Curry rice(small) 150円 180円 (税込162円) (現金) 356kcal 蛋7.5g 脂10.4g 塩1.7g 小麦・乳 | カレーライス(並) Curry rice(regular) 250円 300円 (税込270円) (現金) 713kcal 蛋15.0g 脂20.9g 塩3.5g 小麦・乳 | カレーライス(大) Curry rice(large) 330円 390円 (税込356円) (現金) 1069kcal 蛋22.5g 脂31.3g 塩5.2g 小麦・乳 | カレーソース(並) Curry sause(regular) 150円 180円 (税込162円) (現金) 297kcal 蛋7.9g 脂19.9g 塩3.5g 小麦・乳 | カレーソース(大) Curry sause(large) 200円 240円 (税込216円) (現金) 355kcal 蛋9.4g 脂23.8g 塩4.2g 小麦・乳 | |

- こちらは、職員証・学生証での御支払時の価格となっております。
- 定食・セットの栄養成分値にはライス・汁物・小鉢の成分値を含みません。
- うどん・そば・中華麺は同じ間で茹でております。
- 調理場では特定原材料(卵・乳・小麦・そば・落花生・エビ・カニ)を含む食材を調理しております。

こちらのマークの付いた料理は豚肉とアルコール類を使用しておりません。
This mark which has green and yellow humans raise their hands means it doesn't use pork and



朝食 Morning Menu

8:00-9:30

| | | 【月】 4.16 | 【火】 4.17 | 【水】 4.18 | 【木】 4.19 | 【金】 4.20 | | |
|----------|--|---|---|---|--|--|--|--|
| セレクトデリ | 143gまで 200円(税込) (ご飯・みそ汁付) 143gより多い場合は 1.3円/g+税 | キャベツ畑の一口コロッケ 133kcal 蛋2.5g 脂7.8g 塩0.5g 卵 乳 小麦 そば | ソーセージ 198kcal 蛋10.8g 脂13.9g 塩1.5g 卵 乳 小麦 そば | 鶏むね肉の黒酢あんからめ 186kcal 蛋15.7g 脂9.1g 塩0.8g 卵 乳 小麦 そば | 照り焼きつくね 180kcal 蛋7.7g 脂9.9g 塩1.4g 卵 乳 小麦 そば | ミートボール 135kcal 蛋7.9g 脂3.6g 塩1.4g 卵 乳 小麦 そば | | |
| | | 玉子ロール 88kcal 蛋5.2g 脂3.8g 塩1.0g 卵 乳 小麦 そば | ほうれん草オムレツ 153kcal 蛋9.2g 脂11.9g 塩0.7g 卵 乳 小麦 そば | 温泉玉子 143kcal 蛋12.0g 脂9.6g 塩0.3g 卵 乳 小麦 そば | 野菜オムレツ 153kcal 蛋8.1g 脂11.2g 塩0.6g 卵 乳 小麦 そば | 千草卵焼 155kcal 蛋9.1g 脂11.8g 塩0.8g 卵 乳 小麦 そば | | |
| | | ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉とアルコール類を使用しておりません | | | | | | |
| | | セサミチキン 236kcal 蛋23.6g 脂14.5g 塩0.9g 卵 乳 小麦 そば | 白身魚フライ 274kcal 蛋12.8g 脂12.0g 塩0.7g 卵 乳 小麦 そば | 吹きよせ 128kcal 蛋5.7g 脂2.6g 塩2.9g 卵 乳 小麦 そば | コーンクリームコロッケ 153kcal 蛋5.3g 脂4.5g 塩0.7g 卵 乳 小麦 そば | 玉葱とツナのペンネ 199kcal 蛋5.5g 脂10.6g 塩0.1g 卵 乳 小麦 そば | | |
| | | 彩り良く新鮮な旬の野菜を使用したサラダなどをご用意致します ※セレクトデリの成分値は食材100gに対しての表記になります。 | | | | | | |
| 朝食定番メニュー | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 60円 (税込54円) (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 60円 (税込54円) (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | ライス(小) Rice(small) 70円 80円 (税込75円) (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 130円 (税込118円) (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 35円 (税込32円) (現金) 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g | | | |

夕食 Dinner Menu

17:00-20:30

| | 【月】 4.16 | 【火】 4.17 | 【水】 4.18 | 【木】 4.19 | 【金】 4.20 | 【土】 4.21 | 【日】 4.22 |
|-----------|--|---|--|---|--|---|--|
| 定食 A | 鶏のガーリックペッパー焼 230kcal 蛋16.5g 脂17.0g 塩1.2g 卵 乳 小麦 そば | 酢豚のオニオンサラダ仕立て 383kcal 蛋17.5g 脂26.0g 塩3.2g 卵 乳 小麦 そば | チキンソテー カレー風味ホワイトソース 450kcal 蛋22.0g 脂34.6g 塩1.3g 卵 乳 小麦 そば | ポークカツ玉子とじ 486kcal 蛋26.4g 脂30.0g 塩2.2g 卵 乳 小麦 そば | 豚肉の照り焼き 251kcal 蛋12.7g 脂17.0g 塩1.7g 卵 乳 小麦 そば | 鶏のしそごま天ぷら 398kcal 蛋18.4g 脂23.9g 塩1.1g 卵 乳 小麦 そば | エビカツ 242kcal 蛋9.7g 脂13.7g 塩1.1g 卵 乳 小麦 そば |
| 定食 B | ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉・アルコール類を使用しておりません | | | | | | |
| 定食 B | 白身魚のスイートチリソース 165kcal 蛋1.4g 脂9.3g 塩1.0g 卵 乳 小麦 そば | さわらの香草風味焼き 193kcal 蛋17.5g 脂9.5g 塩1.5g 卵 乳 小麦 そば | ズワイガニ入りクリームコロッケ・ホタテクリームコロッケ 270kcal 蛋5.4g 脂17.1g 塩0.6g 卵 乳 小麦 そば | さばソテー 375kcal 蛋13.4g 脂29.5g 塩1.2g 卵 乳 小麦 そば | イカフリッターの甘酢あんかけ 390kcal 蛋13.6g 脂17.6g 塩2.1g 卵 乳 小麦 そば | | |
| 丼 小鉢付き | 海鮮かき揚げ丼 883kcal 蛋25.1g 脂17.6g 塩2.9g 卵 乳 小麦 そば | ジャン肉飯 805kcal 蛋17.0g 脂31.0g 塩1.5g 卵 乳 小麦 そば | 豚と水菜と厚揚げのスタミナ丼 694kcal 蛋24.1g 脂18.4g 塩1.8g 卵 乳 小麦 そば | 豆腐丼 688kcal 蛋23.9g 脂18.9g 塩2.4g 卵 乳 小麦 そば | 鶏チリ丼 876kcal 蛋27.5g 脂23.9g 塩4.7g 卵 乳 小麦 そば | 豚玉キムチ風味丼 724kcal 蛋24.6g 脂22.9g 塩1.5g 卵 乳 小麦 そば | チキンライス 581kcal 蛋14.1g 脂10.9g 塩2.3g 卵 乳 小麦 そば |
| ラーメン 小鉢付き | 醤油ラーメン 384kcal 蛋32.8g 脂13.3g 塩7.3g 卵 乳 小麦 そば | カレーラーメン 660kcal 蛋41.0g 脂32.2g 塩8.0g 卵 乳 小麦 そば | 和風豚骨ラーメン 386kcal 蛋16.3g 脂5.9g 塩8.2g 卵 乳 小麦 そば | 酸辣湯風五目麺 620kcal 蛋22.2g 脂20.8g 塩9.0g 卵 乳 小麦 そば | わかめラーメン 391kcal 蛋17.2g 脂5.7g 塩10.9g 卵 乳 小麦 そば | | |
| 和麺 小鉢付き | 月見とろろうどん 402kcal 蛋18.1g 脂7.3g 塩8.8g 卵 乳 小麦 そば | かき揚げそば 531kcal 蛋18.2g 脂12.8g 塩6.1g 卵 乳 小麦 そば | 鶏南蛮うどん 351kcal 蛋16.0g 脂6.6g 塩5.6g 卵 乳 小麦 そば | 野菜天そば 444kcal 蛋17.9g 脂6.4g 塩6.1g 卵 乳 小麦 そば | きつねうどん 396kcal 蛋13.3g 脂9.6g 塩5.4g 卵 乳 小麦 そば | | |

| | | | | | | |
|----------|--------|--|---|--|---|---|
| 夕食定番メニュー | 平日のみ提供 | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 60円 (税込54円) (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 60円 (税込54円) (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | | | |
| | 土日とも提供 | ライス(小) Rice(small) 70円 80円 (税込75円) (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 130円 (税込118円) (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 35円 (税込32円) (現金) 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g | | |
| | | カレーライス(小) Curry rice(small) 150円 180円 (税込162円) (現金) 356kcal 蛋7.5g 脂10.4g 塩1.7g 小麦・乳 | カレーライス(並) Curry rice(regular) 250円 300円 (税込270円) (現金) 713kcal 蛋15.0g 脂20.9g 塩3.5g 小麦・乳 | カレーライス(大) Curry rice(large) 330円 390円 (税込356円) (現金) 1069kcal 蛋22.5g 脂31.3g 塩5.2g 小麦・乳 | カレーソース(並) Curry sause(regular) 150円 180円 (税込162円) (現金) 297kcal 蛋7.9g 脂19.9g 塩3.5g 小麦・乳 | カレーソース(大) Curry sause(large) 200円 240円 (税込216円) (現金) 355kcal 蛋9.4g 脂23.8g 塩4.2g 小麦・乳 |

昼食 Lunch Menu

平日 11:00-14:00
土日祝 11:30-13:30

| | 【月】 4.23 | 【火】 4.24 | 【水】 4.25 | 【木】 4.26 | 【金】 4.27 | 【土】 4.28 | 【日】 4.29 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 定食 A | 大分風鶏の天ぷら 辛子ポン酢 | ポークソーテー 黒酢あん | 宮崎風鶏南蛮 | 豚肉の ねぎ味噌焼き | 鶏のから揚げ 山賊ソース | ミックスフライ | 若鶏の レモンバジル風味 |
| 360円 430円 税込388円 現金 | 431kcal 蛋19.2g 脂27.9g 塩4.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 220kcal 蛋11.3g 脂11.8g 塩1.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 378kcal 蛋18.4g 脂21.5g 塩3.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 364kcal 蛋22.2g 脂24.2g 塩1.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 407kcal 蛋21.9g 脂23.3g 塩2.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 379kcal 蛋15.7g 脂24.7g 塩1.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 274kcal 蛋18.1g 脂20.4g 塩1.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば |
| 定食 B | さごしの 味噌マヨネーズ焼き | メバルから揚げ | さばの塩焼き | 白身魚フライ | あじのムニエル イタリアソース | | |
| 360円 430円 税込388円 現金 | 225kcal 蛋16.7g 脂16.1g 塩1.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 176kcal 蛋17.3g 脂7.8g 塩0.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 341kcal 蛋17.5g 脂26.9g 塩1.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 267kcal 蛋14.6g 脂13.8g 塩1.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 293kcal 蛋16.3g 脂21.7g 塩1.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| メイン ディッシュ | キャベツたっぷり メンチカツ | ケチャップ風味 麻婆豆腐 | 五目あんかけ 焼そば | 温野菜豚コマソース | 揚げ餃子の 葱ソース | | |
| 200円 240円 税込216円 現金 | 249kcal 蛋7.6g 脂17.1g 塩0.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 222kcal 蛋12.1g 脂11.7g 塩1.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 459kcal 蛋12.1g 脂15.0g 塩5.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 191kcal 蛋7.3g 脂14.0g 塩1.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 265kcal 蛋8.2g 脂14.7g 塩1.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| 丼 | ごぼうと豚肉の 玉子とじ丼 | タコライス | 焼肉ピラフ | 静岡清水風 モツカレー | 回鍋肉丼 | そばろ丼 | 天津飯 |
| 300円 360円 税込324円 現金 | 877kcal 蛋32.4g 脂25.0g 塩2.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 745kcal 蛋24.1g 脂22.7g 塩1.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 500kcal 蛋12.1g 脂9.9g 塩3.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 713kcal 蛋16.8g 脂17.1g 塩3.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 784kcal 蛋18.5g 脂23.8g 塩2.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 680kcal 蛋25.5g 脂17.0g 塩1.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 649kcal 蛋13.4g 脂15.7g 塩3.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば |
| ラーメン | 味噌ラーメン | 塩ラーメン | 鶏の 辛味山椒和えそば | 豚骨ラーメン | 醤油ラーメン | | |
| 300円 360円 税込324円 現金 | 415kcal 蛋34.5g 脂12.1g 塩8.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 399kcal 蛋35.5g 脂13.8g 塩8.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 699kcal 蛋26.8g 脂28.0g 塩5.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 367kcal 蛋31.5g 脂11.7g 塩6.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 384kcal 蛋32.8g 脂13.3g 塩7.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| セレクト デリ | ポイルイカの 照焼きソース | 半平の甘辛煮 | 白身魚のマリネ | コーンと枝豆の フリッター | シェルマカロニ サラダ | | |
| | 136kcal 蛋22.4g 脂1.3g 塩1.3g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 121kcal 蛋5.5g 脂0.9g 塩2.3g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 230kcal 蛋9.8g 脂15.4g 塩1.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 162kcal 蛋5.9g 脂8.1g 塩0.0g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 240kcal 蛋6.1g 脂13.1g 塩0.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| | 厚揚げと大根の 煮物 | 野菜と鶏肉の 治部煮 | コーンクリーム コロッケ | 木耳と春雨の 中華サラダ | チョコレートババロア | | |
| | 168kcal 蛋7.7g 脂6.9g 塩1.8g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 124kcal 蛋6.8g 脂4.4g 塩1.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 334kcal 蛋5.1g 脂23.3g 塩1.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 51kcal 蛋1.2g 脂3.1g 塩1.7g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 165kcal 蛋4.2g 脂5.9g 塩0.2g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | | |
| | ちくわマカロニ サラダ | 春巻 | 明太ポテトサラダ | きのこチキンの ペペロンチーノ | 小松菜ソーテー | | |
| 225kcal 蛋5.0g 脂12.3g 塩0.7g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 426kcal 蛋5.4g 脂31.4g 塩1.3g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 180kcal 蛋3.4g 脂11.7g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 194kcal 蛋7.5g 脂4.6g 塩0.8g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 136kcal 蛋3.8g 脂10.2g 塩0.7g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | | | |
|  ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉・アルコール類を使用しておりません | | | | | | | |
| 若鶏の塩焼 | シーフードパスタ | ささみと ブロッコリー | 大根とがんもの 煮物 | 白身魚の塩焼き | | | |
| 289kcal 蛋16.1g 脂22.2g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 195kcal 蛋8.4g 脂3.6g 塩3.6g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 61kcal 蛋6.9g 脂1.3g 塩0.4g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 99kcal 蛋5.0g 脂4.7g 塩1.7g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | 93kcal 蛋17.2g 脂1.4g 塩1.4g エビ カニ 落花生 卵 小麦 そば | | | |
| 彩り良く新鮮な旬の野菜を使用したサラダをご用意致します。 | | | | | | | |
| ※セレクトデリの成分値は食材100gに対しての表記になります | | | | | | | |

| | | | | | | |
|----------------------|--------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|--|
| 昼食定番 メニュー | 平日のみ 提供 | おにぎり Rice ball | いなり寿司 Inari sushi | 納豆 Natto(Fermented soybeans) | 冷奴 Tofu | |
| | | 100円 120円 (税込108円) (現金) | 100円 120円 (税込108円) (現金) | 50円 60円 (税込54円) (現金) | 50円 60円 (税込54円) (現金) | |
| | うどん(並) Udon(regular) | うどん(大) Udon(large) | そば(並) Soba(regular) | そば(大) Soba(large) | 麵トッピング | |
| | 230円 270円 (税込248円) (現金) | 330円 390円 (税込356円) (現金) | 230円 270円 (税込248円) (現金) | 330円 390円 (税込356円) (現金) | 100円 120円 (税込108円) (現金) | |
| 土日も 提供 | ライス(小) Rice(small) | ライス(並)(大) Rice(regular/large) | 本日の味噌汁 Miso soup | | | |
| | 70円 80円 (税込75円) (現金) | 110円 130円 (税込118円) (現金) | 30円 35円 (税込32円) (現金) | | | |
| | カレーライス(小) Curry rice(small) | カレーライス(並) Curry rice(regular) | カレーライス(大) Curry rice(large) | カレーソース(並) Curry sause(regular) | カレーソース(大) Curry sause(large) | |
| | 150円 180円 (税込162円) (現金) | 250円 300円 (税込270円) (現金) | 330円 390円 (税込356円) (現金) | 150円 180円 (税込162円) (現金) | 200円 240円 (税込216円) (現金) | |

- こちらは、職員証・学生証での御支払時の価格となっております。
- 定食・セットの栄養成分値にはライス・汁物・小鉢の成分値を含みません。
- うどん・そば・中華麺は同じ間で茹でております。
- 調理場では特定原材料(卵・乳・小麦・そば・落花生・エビ・カニ)を含む食材を調理しております。

こちらのマークの付いた料理は
豚肉とアルコール類を使用しておりません。
This mark which has green and yellow humans
raise their hands means it doesn't use pork and



朝食 Morning Menu

8:00-9:30

| | | 【月】 4.23 | 【火】 4.24 | 【水】 4.25 | 【木】 4.26 | 【金】 4.27 | |
|----------|--|--|---|---|---|--|--|
| セレクトデリ | 143gまで 200円(税込) (ご飯・みそ汁付) 143gより多い場合は 1.3円/g+税 | 野菜コロッケ 251kcal 蛋3.8g 脂12.1g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ソーセージ 198kcal 蛋10.8g 脂13.9g 塩1.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ベーコン 162kcal 蛋5.2g 脂15.6g 塩0.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ミートボール 135kcal 蛋7.9g 脂3.6g 塩1.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ハムカツ 282kcal 蛋8.9g 脂13.6g 塩1.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | |
| | | ハヤシオムレツ 107kcal 蛋6.2g 脂4.8g 塩1.0g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | オムレツ 149kcal 蛋6.3g 脂8.1g 塩1.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 厚焼き玉子 105kcal 蛋5.6g 脂5.6g 塩0.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | スクランブルエッグ 194kcal 蛋9.5g 脂13.3g 塩1.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ミートオムレツ 71kcal 蛋5.9g 脂3.1g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | |
| | | ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉とアルコール類を使用しておりません | | | | | |
| | | 若鶏の塩焼 289kcal 蛋16.1g 脂22.2g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | シーフードパスタ 195kcal 蛋8.4g 脂3.6g 塩3.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ささみと ブロッコリー 61kcal 蛋6.9g 脂1.3g 塩0.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 大根とがんもの 煮物 99kcal 蛋5.0g 脂4.7g 塩1.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白身魚の塩焼き 93kcal 蛋17.2g 脂1.4g 塩1.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | |
| | | 彩り良く新鮮な旬の野菜を使用したサラダなどをご用意致します ※セレクトデリの成分値は食材100gに対しての表記になります。 | | | | | |
| 朝食定番メニュー | | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 60円 (税込54円) (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 60円 (税込54円) (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | ライス(小) Rice(small) 70円 80円 (税込75円) (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 130円 (税込118円) (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 35円 (税込32円) (現金) 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g | |

夕食 Dinner Menu

17:00-20:30


| | 【月】 4.23 | 【火】 4.24 | 【水】 4.25 | 【木】 4.26 | 【金】 4.27 | 【土】 4.28 | 【日】 4.29 |
|----------------------|---|--|---|---|---|--|--|
| 定食 A | 豚カツ 482kcal 蛋21.8g 脂36.5g 塩0.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚肉の ごま味噌焼き 467kcal 蛋14.8g 脂37.0g 塩1.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | チキンの 明太マヨ焼き 491kcal 蛋18.8g 脂41.8g 塩1.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ささみチーズカツと 牛肉コロッケ 275kcal 蛋10.8g 脂13.8g 塩1.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ハンバーグ 355kcal 蛋15.9g 脂21.8g 塩3.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 白身魚の ガーリックペッパー焼 327kcal 蛋19.5g 脂25.1g 塩8.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 北海道産 牛肉コロッケ 216kcal 蛋4.4g 脂10.2g 塩0.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば |
| 定食 B | ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉・アルコール類を使用しておりません | | | | | | |
| | 白身魚の 生姜醤油あんかけ 223kcal 蛋21.3g 脂9.8g 塩2.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 鮭キャベツ メンチカツ 266kcal 蛋10.1g 脂13.7g 塩1.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | イカの天ぷら おろしポン酢 211kcal 蛋10.2g 脂9.9g 塩1.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | いわしの カレームニエル 158kcal 蛋10.7g 脂9.8g 塩0.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | さばのから揚げ 和風あん 354kcal 蛋14.3g 脂27.8g 塩2.5g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| 丼 小鉢付き | シーフードピラフ クリームソースかけ 594kcal 蛋14.8g 脂10.4g 塩3.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 鶏の照焼き丼 704kcal 蛋23.8g 脂20.4g 塩1.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 五目炒飯 591kcal 蛋17.7g 脂12.1g 塩2.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 岐阜鶏ちゃん丼風 746kcal 蛋25.2g 脂18.1g 塩2.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ハッシュドポーク 787kcal 蛋18.1g 脂26.7g 塩2.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 味噌チキンカツ丼 829kcal 蛋24.0g 脂20.8g 塩3.2g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ひじきとじゃこの 炒飯 727kcal 蛋20.6g 脂23.6g 塩3.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば |
| ラーメン 小鉢付き | 味噌ラーメン 415kcal 蛋34.5g 脂12.1g 塩8.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 塩ラーメン 399kcal 蛋35.5g 脂13.8g 塩8.6g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 鶏の 辛味山椒和えそば 699kcal 蛋26.8g 脂28.0g 塩5.8g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚骨ラーメン 367kcal 蛋31.5g 脂11.7g 塩6.4g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 醤油ラーメン 384kcal 蛋32.8g 脂13.3g 塩7.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |
| 和麺 小鉢付き | カレーうどん 558kcal 蛋19.0g 脂22.4g 塩3.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 山菜おろしそば 380kcal 蛋17.4g 脂2.4g 塩6.7g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | ちくわ天うどん 428kcal 蛋12.0g 脂7.9g 塩8.3g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | 豚肉と椎茸の とろみあんそば 490kcal 蛋21.9g 脂9.2g 塩5.9g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | コーンとじうどん 410kcal 蛋18.4g 脂6.8g 塩8.1g エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | |

| | | | | |
|----------|--------|--|---|--|
| 夕食定番メニュー | 平日のみ提供 | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 60円 (税込54円) (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 60円 (税込54円) (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | |
| | 土日も提供 | ライス(小) Rice(small) 70円 80円 (税込75円) (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 130円 (税込118円) (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 35円 (税込32円) (現金) 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g |
| | | カレーライス(小) Curry rice(small) 150円 180円 (税込162円) (現金) 356kcal 蛋7.5g 脂10.4g 塩1.7g 小麦・乳 | カレーライス(並) Curry rice(regular) 250円 300円 (税込270円) (現金) 713kcal 蛋15.0g 脂20.9g 塩3.5g 小麦・乳 | カレーライス(大) Curry rice(large) 330円 390円 (税込356円) (現金) 1069kcal 蛋22.5g 脂31.3g 塩5.2g 小麦・乳 |

昼食 Lunch Menu

平日 11:00-14:00
土日祝 11:30-13:30

【月】 4.30

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------|--|-----------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 定食 A | | カニクリーム コロッケ | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 360円 | 430円 | 355kcal 蛋6.6g 脂25.5g 塩0.7g | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 税込388円 | 現金 | エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 定食 B | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 360円 | 430円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 税込388円 | 現金 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| メイン ディッシュ | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 200円 | 240円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 税込216円 | 現金 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 丼 | | 親子そばろ丼 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 300円 | 360円 | 800kcal 蛋34.0g 脂18.0g 塩4.7g | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 税込324円 | 現金 | エビ カニ 落花生 卵 乳 小麦 そば | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ラーメン | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 300円 | 360円 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 税込324円 | 現金 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| セレクト デリ | 1gあたり | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 1.3円+税 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| |  ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉・アルコール類を使用しておりません | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | 彩り良く新鮮な旬の野菜を使用したサラダをご用意致します。 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | ※セレクトデリの内容は食材100gに対しての表記になります | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | |
|----------------------|--------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|--|
| 昼食定番 メニュー | 平日のみ 提供 | おにぎり Rice ball | いなり寿司 Inari sushi | 納豆 Natto(Fermented soybeans) | 冷奴 Tofu | |
| | | 100円 120円 (税込108円) (現金) | 100円 120円 (税込108円) (現金) | 50円 60円 (税込54円) (現金) | 50円 60円 (税込54円) (現金) | |
| | 227kcal 蛋3.7g 脂0.5g 塩0.5g | 126kcal 蛋2.7g 脂2.2g 塩0.6g | 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g | 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.6g | | |
| | 小麦 | 小麦 | 小麦 | 小麦 | | |
| 土日も 提供 | うどん(並) Udon(regular) | うどん(大) Udon(large) | そば(並) Soba(regular) | そば(大) Soba(large) | 麵トッピング | |
| | 230円 270円 (税込248円) (現金) | 330円 390円 (税込356円) (現金) | 230円 270円 (税込248円) (現金) | 330円 390円 (税込356円) (現金) | 100円 120円 (税込108円) (現金) | |
| | 260kcal 蛋8.5g 脂0.9g 塩6.3g | 359kcal 蛋10.7g 脂1.3g 塩7.0g | 306kcal 蛋16.5g 脂2.5g 塩5.7g | 517kcal 蛋22.7g 脂3.4g 塩6.1g | | |
| | 小麦 | 小麦 | 小麦・そば | 小麦・そば | | |
| | ライス(小) Rice(small) | ライス(並)(大) Rice(regular/large) | 本日の味噌汁 Miso soup | | | |
| | 70円 80円 (税込75円) (現金) | 110円 130円 (税込118円) (現金) | 30円 35円 (税込32円) (現金) | | | |
| | 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g | | | |
| | 小麦 | 小麦 | 小麦 | | | |
| | カレーライス(小) Curry rice(small) | カレーライス(並) Curry rice(regular) | カレーライス(大) Curry rice(large) | カレーソース(並) Curry sause(regular) | カレーソース(大) Curry sause(large) | |
| | 150円 180円 (税込162円) (現金) | 250円 300円 (税込270円) (現金) | 330円 390円 (税込356円) (現金) | 150円 180円 (税込162円) (現金) | 200円 240円 (税込216円) (現金) | |
| | 356kcal 蛋7.5g 脂10.4g 塩1.7g | 713kcal 蛋15.0g 脂20.9g 塩3.5g | 1069kcal 蛋22.5g 脂31.3g 塩5.2g | 297kcal 蛋7.9g 脂19.9g 塩3.5g | 355kcal 蛋9.4g 脂23.8g 塩4.2g | |
| | 小麦・乳 | 小麦・乳 | 小麦・乳 | 小麦・乳 | 小麦・乳 | |


- こちらは、職員証・学生証での御支払時の価格となっております。
- 定食・セットの栄養成分値にはライス・汁物・小鉢の成分値を含みません。
- うどん・そば・中華麺は同じ間で茹でております。
- 調理場では特定原材料(卵・乳・小麦・そば・落花生・エビ・カニ)を含む食材を調理しております。

こちらのマークの付いた料理は
豚肉とアルコール類を使用しておりません。
This mark which has green and yellow humans
raise their hands means it doesn't use pork and



朝食 Morning Menu

8:00-9:30

| | | 【月】 4.30 | 【火】 5.1 | 【水】 5.2 | 【木】 5.3 | 【金】 5.4 |
|---------------------------------|--|--|--|--|--|---|
| セレクトデリ | 143gまで 200円(税込) (ご飯・みそ汁付) 143gより多い場合は 1.3円/g+税 | | | | | |
| | |  ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉とアルコール類を使用しておりません | | | | |
| | | | | | | |
| | | 彩り良く新鮮な旬の野菜を使用したサラダなどをご用意致します | | | | |
| ※セレクトデリの成分値は食材100gに対しての表記になります。 | | | | | | |
| 朝食定番メニュー | | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 (税込54円) 60円 (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 (税込54円) 60円 (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | ライス(小) Rice(small) 70円 (税込75円) 80円 (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 (税込118円) 130円 (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 (税込32円) 35円 (現金) 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g |

夕食 Dinner Menu

17:00-20:30

| | | 【月】 4.30 | | | | | |
|------------------------|--|----------|--|--|--|--|--|
| 定食 A | チキンソテー 山賊ネギソース | | | | | | |
| | 271kcal 蛋20.4g 脂15.9g 塩1.1g エビ カニ 鶏花生 卵 乳 小麦 そば | | | | | | |
| 360円 430円 税込388円 現金 |  ポーク&アルコールフリーメニュー この料理には豚肉・アルコール類を使用しておりません | | | | | | |
| 定食 B | | | | | | | |
| 360円 430円 税込388円 現金 | | | | | | | |
| 丼 小鉢付き | 白身魚の唐揚げ チリソース丼 | | | | | | |
| 360円 430円 税込388円 現金 | 689kcal 蛋21.5g 脂14.7g 塩2.7g エビ カニ 鶏花生 卵 乳 小麦 そば | | | | | | |
| ラーメン 小鉢付き | | | | | | | |
| 360円 430円 税込388円 現金 | | | | | | | |
| 和麺 小鉢付き | | | | | | | |
| 360円 430円 税込388円 現金 | | | | | | | |

| | | | | | | |
|----------|--------|---|--|---|--|--|
| 夕食定番メニュー | 平日のみ提供 | 納豆 Natto(Fermented soybeans) 50円 (税込54円) 60円 (現金) 86kcal 蛋6.7g 脂3.7g 塩0.6g 小麦 | 冷奴 Tofu 50円 (税込54円) 60円 (現金) 38kcal 蛋3.3g 脂2.2g 塩0.0g 小麦 | | | |
| | 土日も提供 | ライス(小) Rice(small) 70円 (税込75円) 80円 (現金) 240kcal 蛋4.1g 脂0.6g 塩0.0g | ライス(並)(大) Rice(regular/large) 110円 (税込118円) 130円 (現金) 320kcal 蛋5.5g 脂0.8g 塩0.0g | 本日の味噌汁 Miso soup 30円 (税込32円) 35円 (現金) 39kcal 蛋3.0g 脂1.4g 塩1.2g | | |
| | | カレーライス(小) Curry rice(small) 150円 (税込162円) 180円 (現金) 356kcal 蛋7.5g 脂10.4g 塩1.7g 小麦・乳 | カレーライス(並) Curry rice(regular) 250円 (税込270円) 300円 (現金) 713kcal 蛋15.0g 脂20.9g 塩3.5g 小麦・乳 | カレーライス(大) Curry rice(large) 330円 (税込356円) 390円 (現金) 1069kcal 蛋22.5g 脂31.3g 塩5.2g 小麦・乳 | カレーソース(並) Curry sause(regular) 150円 (税込162円) 180円 (現金) 297kcal 蛋7.9g 脂19.9g 塩3.5g 小麦・乳 | カレーソース(大) Curry sause(large) 200円 (税込216円) 240円 (現金) 355kcal 蛋9.4g 脂23.8g 塩4.2g 小麦・乳 |