



# MONTHLY MENU



	11月4日 (MON)	11月5日 (TUE)	11月6日 (WED)	11月7日 (THU)	11月8日 (FRI)
日替り定食	お 休 み	白身魚のフリッター チリソース  771kcal   28.2g   17.8g   4.5g	ポークソテー & 牛肉コロッケ  913kcal   33.3g   27g   4.8g	 布袋監修鶏ザンギ  655kcal   14.6g   17.6g   3.2g	ハンバーグ ガーリックきのこソース  996kcal   27.9g   30.3g   6g
バラエティ		 ポークカレー  676kcal   16.4g   15.2g   4.8g	茄子の揚げ出し うどん・そば  515kcal   10.7g   20.5g   6.3g	和風ココモコ  712kcal   22.6g   17.5g   2.8g	もやし炒め 味噌ラーメン  499kcal   19.8g   12.5g   7.4g
	11月11日 (MON)	11月12日 (TUE)	11月13日 (WED)	11月14日 (THU)	11月15日 (FRI)
日替り定食	いわしフライ  872kcal   25.3g   22.1g   5.2g	肉団子と野菜の トマト煮込み  852kcal   24.4g   23g   5.4g	生姜と柚子香る 鶏塩鍋  869kcal   35.2g   26.7g   7.7g	鶏肉の唐揚げ レモンソース  965kcal   39g   33g   6.3g	豚肉と高菜の 中華炒め  913kcal   33g   26g   6.7g
バラエティ	肉うどん・そば  421kcal   18.3g   5.3g   7g	鶏天丼 和風あんかけ  744kcal   29.6g   17.7g   1.8g	とんこつラーメン  425kcal   17.1g   9.2g   5.5g	鮭三色丼  590kcal   22.7g   13.6g   3.1g	けんちん うどん・そば  394kcal   14g   4.4g   6.1g
	11月18日 (MON)	11月19日 (TUE)	11月20日 (WED)	11月21日 (THU)	11月22日 (FRI)
日替り定食	麻婆餃子  886kcal   23.1g   25.5g   5.2g	鯖の塩焼き  959kcal   28.8g   39.6g   5.1g	チキン南蛮  1189kcal   35.3g   54.2g   6g	カニクリーム コロッケ  859kcal   22.3g   22.4g   6.9g	とんかつ BBQソース  988kcal   29.9g   30.8g   5.3g
バラエティ	白湯麺  444kcal   15.8g   11.8g   7g	 やみつき 旨辛味噌クッパ  601kcal   20.9g   22.2g   4.9g	ちから うどん・そば  411kcal   12.2g   2g   6.3g	ねぎ塩豚丼  502kcal   20.4g   7.8g   0.9g	味噌ラーメン  451kcal   16.8g   8.8g   5.9g
	11月25日 (MON)	11月26日 (TUE)	11月27日 (WED)	11月28日 (THU)	11月29日 (FRI)
日替り定食	ミックスフライ  933kcal   22g   22g   5.6g	鶏肉の唐揚げ  963kcal   34.9g   34.3g   4.5g	肉じゃが  919kcal   24.8g   17.5g   5g	豚にら もやし炒め  868kcal   32.8g   24.8g   5.7g	醬だれ チキンソテー  894kcal   35.8g   30.5g   5.7g
バラエティ	温玉きつね うどん・そば  431kcal   17.1g   8.6g   6.7g	 満天星監修 欧風デミグラスカレー  540kcal   15.4g   9.6g   1g	蒸し鶏の 柚子塩ラーメン  411kcal   22.3g   3.8g   8.6g	照りマヨ チキン丼  880kcal   27.4g   39.3g   2.4g	ピリ辛 赤味噌ラーメン  550kcal   23.9g   16.5g   7.7g

- ◆日替り定食：ご飯・汁物・小鉢2品付、バラエティ：小鉢1品付
- ◆営業時間：11:00~13:00
- ◆栄養価は、日替わり定食はセットで、バラエティは単品の表記です。
- ◆仕入れの都合によりメニューを変更することがございます。予めご了承ください。