



2WEEK MENU



1月	日替ランチA 410円	日替ランチB 410円	日替ランチC 410円	日替わり丼 380円
15 (月)	ビーフカツ 710 Kcal 2.6 g	鯖のごまごま焼 744 Kcal 2.5 g	明太あんかけ 玉子とじうどん &ひじきご飯 596 Kcal 2.4 g	鶏と半熟卵の天丼 671 Kcal 2.4 g
16 (火)	ハンバーグ ナポリタンソース 711 Kcal 2.6 g	豆乳クリームシチュー 707 Kcal 2.6 g	鶏チャーシューの 白湯ラーメン &高菜ご飯 725 Kcal 3.5 g	ビビンバ丼 572 Kcal 2.3 g
17 (水)				
18 (木)	お休み			
19 (金)				
22 (月)	カキフライ &白身フライ 725 Kcal 2.4 g	チキンの トマト煮込み 627 Kcal 2.3 g	担々麺 &菜飯 785 Kcal 3.7 g	海老天とじ丼 536 Kcal 2.3 g
23 (火)	ガリバタチキン 606 Kcal 2.8 g	カレイの唐揚 おろしポン酢 545 Kcal 2.4 g	五目あんかけうどん &明太ご飯 550 Kcal 3.5 g	豚キムチ丼 575 Kcal 2.3 g
24 (水)	海老カツ タルタルソース 628 Kcal 2.5 g	五目野菜団子と春雨の 中華スープ煮 540 Kcal 2.5 g	茄子とベーコンの トマトパスタ &サラダ、スープ 742 Kcal 3.2 g	タンドリーチキン カレー 542 Kcal 3.0 g
25 (木)	サーモンポテサラ焼 660 Kcal 2.4 g	鶏と野菜の 黒酢あん 766 Kcal 2.5 g	煮玉子入り とんこつ醤油ラーメン &ミニ炒飯 759 Kcal 3.7 g	和風おろしカツ丼 693 Kcal 2.5 g
26 (金)	丼の香草グリル &蟹クリームコック 759 Kcal 2.4 g	回鍋肉 608 Kcal 2.4 g	かき揚げうどん &稲荷寿司 757 Kcal 3.4 g	オムハヤシ 748 Kcal 2.7 g

米80g (御飯176g)→285kcal/0.0g 味噌汁1杯 (150cc) →28kcal/0.8g

*メニューは都合により変更する場合があります。予めご了承ください。