



6月 ランチメニュー



日 曜	ラ ン チ (汁物・選択小鉢・漬物付)	丼 物 (汁物・漬物付)	麵 類 (ご飯・漬物付、又は麺単品)
1 木	鶏肉の山賊焼き 750kcal	野菜たっぷりビビンバ丼 770kcal	とんこつ醤油ラーメン 640kcal
2 金	八 宝 菜 560kcal	ふわとろ玉子のカツ丼 940kcal	冷し梅かつうどん 700kcal
3 土	カレー風味の鶏唐揚げ 1020kcal	ハヤシライス 890kcal	塩ラーメン 600kcal
5 月	イカフライ & 肉じゃがコロッケ 780kcal	中 華 飯 650kcal	かき揚げそば 740kcal
6 火	チキンカツ 980kcal	おろし焼肉丼 810kcal	冷しきつねうどん 680kcal
7 水	豚肉のスタミナ味噌炒め 730kcal	揚げ鶏のてりたま丼 980kcal	和風ラーメン 780kcal
8 木	鶏肉の天ぷら中華あんかけ 740kcal	豚肉の生姜炒め丼 860kcal	カレーうどん 810kcal
9 金	豆腐の五目煮 720kcal	味噌かつ丼 950kcal	冷し豚キャベツぶっかけうどん 850kcal
10 土	白身魚フライの具たくさんチリソース 830kcal	ポークカレー 980kcal	担 々 麵 760kcal
12 月	鶏肉の唐揚げ 960kcal	牛ごぼう丼 730kcal	冷し中華 630kcal
13 火	豚肉の黒胡椒炒め 690kcal	照り焼きチキンの親子丼 890kcal	台湾ラーメン 730kcal
14 水	白身魚のタルタルソース 710kcal	チーズカレー 980kcal	冷し天ぷらおろしぶっかけうどん 810kcal
15 木	さば竜田の香味野菜ソース 810kcal	三 色 丼 910kcal	野菜たっぷり醤油ラーメン 600kcal
16 金	味噌かつ 870kcal	豚 塩 丼 800kcal	冷したぬききしめん 670kcal
17 土	おろしハンバーグ 690kcal	ガリバタチキン丼 840kcal	ちゃんぽん 610kcal
19 月	イカと白身魚の天ぷら 720kcal	牛 丼 810kcal	酸辣湯麵 670kcal
20 火	鶏肉のチリソース炒め 830kcal	てりやきソースのロコモコ丼 800kcal	冷しかき揚げそば 720kcal
21 水	さわらの西京焼き 590kcal	四 川 飯 970kcal	カレーうどん 810kcal
22 木	鶏ちゃん焼き 770kcal	蒲焼き豚丼 730kcal	ころきしめん(メンチカツ) 860kcal
23 金	アジのピリ辛竜田揚げ 690kcal	ビーフカレー 900kcal	広東ラーメン 660kcal
24 土	トマトソースハンバーグ 780kcal	中 華 飯 660kcal	冷し担々麵 880kcal
26 月	油 淋 鶏 800kcal	回鍋肉丼 710kcal	味噌ラーメン 660kcal
27 火	クリームチーズメンチ & コロッケ 850kcal	和風そばろカレー 970kcal	冷し山菜おろしそば 640kcal
28 水	豚肉の塩だれ炒め 740kcal	ソースチキンカツ丼 920kcal	和風ラーメン 780kcal
29 木	照りマヨチキン 900kcal	三 色 丼 930kcal	胡麻だれ冷し中華 760kcal
30 金	白身魚の天ぷら和風きのこあんかけ 710kcal	チキンカレー 920kcal	とんこつラーメン 640kcal



今月のPICK UPメニュー



おろし焼肉丼
冷し天ぷらおろしぶっかけうどん
豚肉の塩だれ炒め

- ・ランチに選択小鉢のカロリーは含みません。
- ・また、麵は麵セット(ご飯付)のカロリーです。
- ・ランチ、麵セット、丼にはそれぞれ普通盛りのご飯のカロリーが含まれています。
- ・都合により献立内容を変更することがあります。ご了承ください。

