

# 11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、又は麵単品)
1 木	白身魚フライのオーロラソース 780kcal	とろとろ天津飯 710kcal	台湾ラーメン 890kcal
2 金	豚汁定食 780kcal	ハヤシライス 900kcal	月見そば 700kcal
3 土	お休みです		
5 月	ミックスフライ 790kcal	豚 塩 丼 810kcal	生姜あんかけうどん 690kcal
6 火	鶏肉と大根の旨煮 790kcal	ビーフカレー 900kcal	広東ラーメン 820kcal
7 水	テミグラスハンバーグ 760kcal	野菜たっぷりビビンバ丼 780kcal	サンラータンメン 酸辣湯麵 830kcal
8 木	油 淋 鶏 800kcal	回鍋肉丼 700kcal	肉味噌うどん 880kcal
9 金	とんかつ 850kcal	麻 婆 飯 770kcal	あっさり塩ラーメン 760kcal
10 土	のり塩鶏天 770kcal	ポークカレー 980kcal	胡麻坦々うどん 860kcal
12 月	白身魚フライのカレーマヨソース 870kcal	ガリバタチキン丼 850kcal	かき揚げそば 740kcal
13 火	チキンしそ巻き揚げ&コロツケ 800kcal	牛ごぼう丼 740kcal	ちゃんぽん 770kcal
14 水	おろしハンバーグ 760kcal	チーズカレー 980kcal	味噌煮込み風うどん 860kcal
15 木	チキン南蛮 940kcal	中 華 飯 640kcal	とんこつ醤油ラーメン 810kcal
16 金	さばの味噌煮 760kcal	ハヤシライス 900kcal	きつねきしめん 700kcal
17 土	豚肉の黒胡椒炒め 680kcal	ソースチキンカツ丼 890kcal	和風ラーメン 790kcal
19 月	メンチカツ 680kcal	牛 丼 810kcal	カレーうどん 820kcal
20 火	鶏肉の唐揚げ 1030kcal	麻 婆 飯 770kcal	味噌ラーメン 810kcal
21 水	おでん定食 780kcal	ビーフカレー 900kcal	志の田うどん 620kcal
22 木	すき焼き風フライ&ハムカツ 770kcal	スタミナ焼肉丼 860kcal	担 々 麵 930kcal
23 金	お休みです		
24 土	和風胡麻味噌ハンバーグ 760kcal	三 色 丼 890kcal	山菜おろしそば 640kcal
26 月	アジフライのタルタルソース 820kcal	チキンカレー 920kcal	たぬききしめん 690kcal
27 火	豚肉の生姜炒め 740kcal	ふわとろ玉子の唐揚げ丼 930kcal	味噌煮込み風うどん 860kcal
28 水	鶏肉の香草焼きトマトソース 790kcal	中 華 飯 660kcal	とんこつラーメン 810kcal
29 木	さばの竜田揚げ山椒風味 770kcal	ポークカレー 990kcal	台湾ラーメン 890kcal
30 金	鶏肉のチリソース炒め 810kcal	てりやきソースのロコモコ丼 800kcal	天ぷらうどん 770kcal

## 今月のPICK UPメニュー

白身魚フライのオーロラソース  
のり塩鶏天  
おでん定食

- ・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。



メイフード(株)