



12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 金	豆腐の五目煮 720kcal	ふわとろ玉子のカツ丼 950kcal	生姜あんかけうどん 690kcal
2 土	鶏肉の山賊焼き 750kcal	野菜たっぷりピビンバ丼 780kcal	塩ラーメン 600kcal
4 月	きのこソースハンバーグ 680kcal	ハヤシライス 900kcal	野菜たっぷり醤油ラーメン 600kcal
5 火	イカと白身魚の天ぷら 720kcal	四 川 飯 1000kcal	かき揚げそば 740kcal
6 水	カレー風味の鶏唐揚げ 1030kcal	おろし焼肉丼 840kcal	きつねうどん 680kcal
7 木	豚肉のスタミナ味噌炒め 690kcal	揚げ鶏のてりたま丼 950kcal	酸辣湯麵 680kcal
8 金	鶏肉の天ぷら中華あんかけ 750kcal	豚 塩 丼 810kcal	カレーうどん 820kcal
9 土	八 宝 菜 550kcal	味噌かつ丼 920kcal	とんこつ醤油ラーメン 650kcal
11 月	白身魚フライの具だくさんチリソース 840kcal	チーズカレー 980kcal	担 々 麵 780kcal
12 火	チキンカツ 1000kcal	牛ごぼう丼 730kcal	月見そば 700kcal
13 水	豚肉の黒胡椒炒め 690kcal	照り焼きチキンの親子丼 900kcal	和風ラーメン 780kcal
14 木	白身魚のタルタルソース 710kcal	チキンカレー 920kcal	天ぷらおろしうどん 770kcal
15 金	 鶏唐揚げのおろしポン酢 1050kcal	三 色 丼 860kcal	たぬききしめん 690kcal
16 土	味噌かつ 840kcal	とろとろ天津飯 690kcal	カレーうどん 820kcal
18 月	イカフライ&肉じゃがコロツケ 800kcal	牛 丼 820kcal	山菜おろしそば 640kcal
19 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 810kcal	ちゃんぽん 620kcal
20 水	豚汁定食 710kcal	麻 婆 飯 730kcal	カレーうどん 820kcal
21 木	鶏ちゃん焼き 750kcal	蒲焼き豚丼 710kcal	きしめん(メンチカツ) 830kcal
22 金	白身魚の天ぷら生姜あんかけ 720kcal	和風そばろカレー 970kcal	味噌ラーメン 670kcal
23 土	お 休 み で す		
25 月	トマトソースハンバーグ 790kcal	中 華 飯 660kcal	カレーうどん 820kcal
26 火	油 淋 鶏 810kcal	回鍋肉丼 720kcal	台湾ラーメン 730kcal
27 水	クリームチーズメンチ&コロツケ 850kcal	 冬野菜カレー 860kcal	とんこつラーメン 650kcal
28 木	12/28~1/4までお休みです		
29 金			
30 土			

本年もありがとうございました。  
 良いお年をお迎えくださいませ。


 今月のPICK UPメニュー
 

**鶏唐揚げのおろしポン酢  
冬野菜カレー**

- ・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。

