

		6/2	6/3	6/4	6/5	6/6
Category	¥Price	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
Aセット	369	チキンソテートマトソース 313kcal 食塩相当量 1.2g 野菜類 58g	名古屋 味噌かつ 715kcal 食塩相当量 2.0g 野菜類 63g	夏野菜焼き肉 248kcal 食塩相当量 2.1g 野菜類 127g	豚肉の衣揚げ香味ソース 416kcal 食塩相当量 2.1g 野菜類 70g	塩レモン唐揚げ 365kcal 食塩相当量 1.1g 野菜類 39g
		タラの唐揚げおろしあん 240kcal 食塩相当量 1.5g 野菜類 99g	ブリの生姜焼き 296kcal 食塩相当量 2.5g 野菜類 49g	白身魚フライ&イワシフライ 389kcal 食塩相当量 1.0g 野菜類 36g	カレーの山椒煮 201kcal 食塩相当量 3.3g 野菜類 86g	塩肉じゃが 274kcal 食塩相当量 3.2g 野菜類 205g
Bセット	369	ネギ塩豚カルビ丼 728kcal 食塩相当量 2.9g 野菜類 66g	やきとり丼 686kcal 食塩相当量 2.9g 野菜類 17g	ポークチャップピラフ 714kcal 食塩相当量 3.9g 野菜類 55g	絆とトトのストロガノフ 768kcal 食塩相当量 3.7g 野菜類 96g	魚介あんかけ丼 498kcal 食塩相当量 3.2g 野菜類 94g
Cセット	369	なめ意とワカメの和え物 6kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 24g	ホウレン草のピカタ和え 18kcal 食塩相当量 0.3g 野菜類 40g	切干大根のかつお風味 65kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 18g	もやしと胡瓜のナムル 26kcal 食塩相当量 0.4g 野菜類 32g	アスパラとマカロニのミソ 28kcal 食塩相当量 0.4g 野菜類 18g
セット小鉢		じゃが芋のバジルソテー 62kcal 食塩相当量 0.4g 野菜類 35g	白滝の金平 35kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 28g	里芋とさつま揚げの炒め 46kcal 食塩相当量 0.6g 野菜類 33g	金平ゴボウ 48kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 23g	アスパラと高菜の炒め煮 34kcal 食塩相当量 0.7g 野菜類 30g
		豚キムチ玉子炒めセット 722kcal 食塩相当量 2.1g 野菜類 220g	なめ意おろしハンバーグセット 696kcal 食塩相当量 2.6g 野菜類 197g	フライドチキン+カレー+セット 692kcal 食塩相当量 2.3g 野菜類 160g	牛肉と豆腐のトマト煮セット 647kcal 食塩相当量 2.3g 野菜類 252g	鶏肉の黒酢南蛮セット 649kcal 食塩相当量 2.2g 野菜類 167g
スマートミール	369	日替わり				
味噌汁	46	日替わり				

週替りカレー	442~	ハムエッグフライカレー 888kcal 野菜類49g 食塩相当量3.5g				
定番カレー	264	パークカレー 574kcal 野菜類51g 食塩相当量3.4g				
ミニ丼	196	麻婆丼 354kcal 食塩相当量 1.9g 野菜類 3g	チキンライス 304kcal 食塩相当量 0.6g 野菜類 18g	メンチカツ丼 462kcal 食塩相当量 2.1g 野菜類 13g	ミニ炒飯 243kcal 食塩相当量 1.8g 野菜類 3g	牛カルビ丼 287kcal 食塩相当量 0.6g 野菜類 30g
日替わりサラダ	125	マカロニサラダ 66kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 73g	海藻サラダ 27kcal 食塩相当量 0.4g 野菜類 73g	ポテトサラダ 66kcal 食塩相当量 0.3g 野菜類 104g	玉子サラダ 75kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 73g	ゴボウサラダ 73kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 112g
定番小鉢	100	チキンナゲット・冷奴・スイーツ				
ラーメン	256~	ラーメン(醤油) 413kcal 食塩相当量 8.3g 野菜類 23g	和風ラーメン 370kcal 食塩相当量 7.4g 野菜類 18g	ラーメン(塩) 409kcal 食塩相当量 9.4g 野菜類 23g	チャンポン 483kcal 食塩相当量 7.6g 野菜類 106g	ラーメン(みそ) 467kcal 食塩相当量 9.0g 野菜類 23g
冷しうどん・冷しそば	255	冷しうどん・冷しそば 334kcal 野菜類3g 食塩相当量6.3g 320kcal 野菜類3g 食塩相当量 6.0g				
うどん・そば	125	うどん・そば 347kcal 野菜類3g 食塩相当量6.8g 333kcal 野菜類3g 食塩相当量 6.5g				
和麺トッピングアラカルト種	65~	カレーうどん 475kcal 食塩相当量 4.2g 野菜類 32g	温泉玉子 75kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 0g	かき揚げ 122kcal 食塩相当量 0.3g 野菜類 56g	なめこおろし(S) 11kcal 食塩相当量 0.2g 野菜類 70g	イカ天 140kcal 食塩相当量 0.3g 野菜類 0g

2025 Weekly Menu

		6/9	6/10	6/11	6/12	6/13
Category	¥Price	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
Aセット	369	メチカキ&キ`1ウニコウツ 652kcal 食塩相当量 1.2g 野菜類 74g	<b>梅おろし唐揚げ丼</b> <b>743kcal 食塩相当量 3.7g</b> 野菜類 53g	夏のさっぱりハンバーグ 231kcal 食塩相当量 2.8g 野菜類 77g	豚肉の生姜焼き 438kcal 食塩相当量 2.0g 野菜類 99g	
Bセット	369	タラの揚げ漬け香味だれ 156kcal 食塩相当量 2.4g 野菜類 62g	ブリのとろろ焼き 255kcal 食塩相当量 2.5g 野菜類 101g	イカと野菜のチリソース 375kcal 食塩相当量 2.2g 野菜類 130g	柿のフリッターマトリス 274kcal 食塩相当量 1.5g 野菜類 50g	
Cセット	369	オムライスきのごマトリス 539kcal 食塩相当量 1.3g 野菜類 123g	豚肉のゴマみそ炒め 408kcal 食塩相当量 2.6g 野菜類 198g	豚肉の甘辛丼 854kcal 食塩相当量 2.7g 野菜類 68g	ビビンバ 560kcal 食塩相当量 2.0g 野菜類 100g	
セット小鉢		根菜ナムル 19kcal 食塩相当量 0.3g 野菜類 22g	ベンネシーザーサラダ 56kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 10g	枝豆とポテトのサラダ 61kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 33g	キャベツとめかふゆかり和え 11kcal 食塩相当量 0.7g 野菜類 40g	
		高野豆腐の煮物 32kcal 食塩相当量 1.0g 野菜類 8g	刻み昆布煮 19kcal 食塩相当量 0.7g 野菜類 4g	切干大根のアラビアータ 48kcal 食塩相当量 0.6g 野菜類 50g	肉団子とレコウの塩炒め 48kcal 食塩相当量 0.6g 野菜類 14g	
スマートミール	369	豚肉と野菜のすき煮セット 664kcal 食塩相当量 2.2g 野菜類 196g	夕の具沢山マトリスセット 677kcal 食塩相当量 2.1g 野菜類 240g	ヘルシー油淋鶏セット 668kcal 食塩相当量 2.3g 野菜類 144g	6種の野菜の豚味噌炒めセット 713kcal 食塩相当量 2.3g 野菜類 210g	
味噌汁	46	日替わり				

週替りカレー	442~	ポークフランクカレー 826kcal 野菜類26g 食塩相当量4.0g				
定番カレー	264	ポークカレー 574kcal 野菜類51g 食塩相当量3.4g				
ミニ丼	196	鶏釜めし 266kcal 食塩相当量 1.0g 野菜類 1g	ドライカレー 320kcal 食塩相当量 1.3g 野菜類 30g	牛丼 424kcal 食塩相当量 1.3g 野菜類 58g	ミニ炒飯 243kcal 食塩相当量 1.8g 野菜類 3g	
日替わりサラダ	125	ポテトサラダ 66kcal 食塩相当量 0.3g 野菜類 104g	パンプキンサラダ 59kcal 食塩相当量 0.1g 野菜類 83g	マカロニサラダ 66kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 73g	玉子サラダ 75kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 73g	
定番小鉢	100	ささみステーキ・冷奴・スイーツ				
ラーメン	256~	ラーメン(醤油) 413kcal 食塩相当量 8.3g 野菜類 23g	和風ラーメン 370kcal 食塩相当量 7.4g 野菜類 18g	ラーメン(塩) 409kcal 食塩相当量 9.4g 野菜類 23g	<b>白味噌とMILKの絆ト7-7</b> <b>523kcal 食塩相当量 7.6g</b> 野菜類 53g	
冷しうどん・そば	255	冷しうどん・冷しそば 334kcal 野菜類3g 食塩相当量6.3g 320kcal 野菜類3g 食塩相当量 6.0g				
うどん・そば	125	うどん・そば 347kcal 野菜類3g 食塩相当量6.8g 333kcal 野菜類3g 食塩相当量 6.5g				
和種トッピングアラカルト種	65~	<b>カレーうどん</b> <b>475kcal 食塩相当量 4.2g</b> 野菜類 32g	ちくわ天 170kcal 食塩相当量 0.8g 野菜類 0g	かき揚げ 122kcal 食塩相当量 0.3g 野菜類 56g	揚げもち 106kcal 食塩相当量 0.0g 野菜類 0g	