

		5/6	5/7	5/8	5/9	5/10
Category	¥Price	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
Aセット	369		豚肉の生姜焼き 448kcal 食塩相当量 1.3g 野菜類 120g	メンチカツ&エビマヨコロッ 500kcal 食塩相当量 1.8g 野菜類 34g	おろし焼き肉 534kcal 食塩相当量 2.6g 野菜類 176g	鶏天丼 1071kcal 食塩相当量 3.5g 野菜類 6g
Bセット	369		揚げカレイのみぞれあん 226kcal 食塩相当量 0.9g 野菜類 72g	ホキときのこのごま焼 373kcal 食塩相当量 2.2g 野菜類 98g	サワラの唐揚げ生姜あんかけ 214kcal 食塩相当量 1.5g 野菜類 60g	ブリの照焼き 291kcal 食塩相当量 2.2g 野菜類 78g
Cセット	369		やきとり丼 764kcal 食塩相当量 2.9g 野菜類 23g	ピビンバ 594kcal 食塩相当量 2.8g 野菜類 90g	豚肉の油淋ソース丼 930kcal 食塩相当量 3.8g 野菜類 28g	豚キムチ 621kcal 食塩相当量 3.3g 野菜類 122g
セット小鉢			刻み昆布煮 14kcal 食塩相当量 0.6g 野菜類 4g	大学芋 85kcal 食塩相当量 0.1g 野菜類 20g	高野豆腐の煮物 32kcal 食塩相当量 1.0g 野菜類 8g	ポテトのカレー炒め 113kcal 食塩相当量 0.6g 野菜類 61g
			春雨と豆モヤシの韓国風和え 32kcal 食塩相当量 0.9g 野菜類 40g	ひじきとチーズのサラダ 43kcal 食塩相当量 0.6g 野菜類 28g	おひたしと油揚げのお浸し(S) 31kcal 食塩相当量 0.4g 野菜類 42g	キャベツと蒲鉾の辛子和え 14kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 26g
スマートミール	369		トマト麻婆豆腐セット 698kcal 食塩相当量 2.3g 野菜類 191g	鶏肉の唐揚げ梅おろしセット 699kcal 食塩相当量 2.1g 野菜類 198g	牛肉とアスパラの甘辛炒めセット 656kcal 食塩相当量 2.3g 野菜類 151g	タラのクリームソースセット 694kcal 食塩相当量 2.4g 野菜類 144g
味噌汁	46	日替わり				

週替りカレー	442~	<div style="text-align: center;">  <p>Very Delicious Omelet &amp; Rice</p> <p><b>オムファクトリー</b></p> <p>Omufactory</p> </div>				<div style="text-align: center;"> <p>¥560</p> <p>ボークカレーフランクカレー</p> <p>846kcal 野菜類26g 食塩相当量4.0g</p> </div>			
		定番カレー	264	<div style="text-align: center;"> <p>ボークカレー</p> <p>592kcal 野菜類51g 食塩相当量2.1g</p> </div>					
ミニ丼	196			<div style="text-align: center;"> <p>きのこの</p> <p>デミオムライス</p> </div>		チキンカツ丼 358kcal 食塩相当量 1.4g 野菜類 9g	炒飯 253kcal 食塩相当量 1.8g 野菜類 3g	牛丼 445kcal 食塩相当量 1.9g 野菜類 70g	
		日替わりサラダ	125	ポテトサラダ 67kcal 食塩相当量 0.3g 野菜類 104g	玉子サラダ 76kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 73g	パンキンサラダ 64kcal 食塩相当量 0.2g 野菜類 83g	スパゲティサラダ 84kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 82g		
定番小鉢	100			<div style="text-align: center;"> <p>ささみステック・冷奴・スイーツ</p> </div>					
		ラーメン	256~	ラーメン(とんこつ) 360kcal 食塩相当量 6.7g 野菜類 21g	ラーメン(塩) 409kcal 食塩相当量 9.4g 野菜類 23g	<div style="text-align: center;"> <p>¥490</p> <p>豪華ラーメン</p> <p>555kcal 食塩相当量 8.1g 野菜類 18g</p> </div>	ラーメン(みそ) 479kcal 食塩相当量 9.0g 野菜類 23g		
おにぎり	126			<div style="text-align: center;"> <p>おにぎり</p> <p>294kcal 野菜類 6g 食塩相当量3.2g</p> </div>					
		うどん・そば	125	<div style="text-align: center;"> <p>うどん・そば</p> <p>361kcal 8.0g 7.0g 313kcal 3.0g 6.1g</p> </div>					
和種トッピングアラカルト種	65~			<div style="text-align: center;"> <p>とろろ</p> <p>33kcal 食塩相当量 0.0g 野菜類 50g</p> </div>	<div style="text-align: center;"> <p>かき揚げどぼ</p> <p>471kcal 食塩相当量 6.6g 野菜類 59g</p> </div>	<div style="text-align: center;"> <p>揚げもち</p> <p>106kcal 食塩相当量 0.0g 野菜類 0g</p> </div>	<div style="text-align: center;"> <p>温泉玉子</p> <p>79kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 0g</p> </div>		

2024 Weekly Menu

		5/13	5/14	5/15	5/16	5/17
Category	¥Price	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri
Aセット	369	鶏肉の竜田揚げおろし* 酢 287kcal 食塩相当量 1.8g 野菜類 117g	<b>さぼてん三元豚コースかつ</b> 654kcal 食塩相当量 3.3g 野菜類 68g	エビカツ丼 858kcal 食塩相当量 1.9g 野菜類 46g	揚げ豚の韓国みそだれ 499kcal 食塩相当量 1.8g 野菜類 43g	ポーク焼き肉 437kcal 食塩相当量 2.6g 野菜類 136g
Bセット	369	タラのリコネーズ焼き 380kcal 食塩相当量 1.5g 野菜類 69g	メナリの幽庵焼き 209kcal 食塩相当量 2.8g 野菜類 48g	ホキの唐揚げ辛味ソース 219kcal 食塩相当量 3.0g 野菜類 91g	サワラの明太マヨ焼き 444kcal 食塩相当量 1.3g 野菜類 62g	アジフライ 441kcal 食塩相当量 1.0g 野菜類 41g
Cセット	369	塩焼き肉炒飯 867kcal 食塩相当量 3.2g 野菜類 32g	牛ゴボウ丼 584kcal 食塩相当量 3.0g 野菜類 55g	タンドリーチキン 272kcal 食塩相当量 1.7g 野菜類 51g	チキンカツピラフBBQソース 793kcal 食塩相当量 2.9g 野菜類 34g	チキンクリームライス 810kcal 食塩相当量 4.0g 野菜類 60g
セット小鉢		＊汁と仏の粒マケド＊和え 35kcal 食塩相当量 0.3g 野菜類 25g	白菜と油揚げの柚香和え 30kcal 食塩相当量 0.3g 野菜類 48g	ワカメと胡瓜の酢の物 20kcal 食塩相当量 0.7g 野菜類 25g	切干大根と青菜の胡麻和え 59kcal 食塩相当量 1.2g 野菜類 49g	きのこ小松菜のかつ和え 54kcal 食塩相当量 0.4g 野菜類 42g
		切干大根の煮付け 23kcal 食塩相当量 0.4g 野菜類 20g	がんもの含め煮 56kcal 食塩相当量 0.8g 野菜類 5g	炒り豆腐 50kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 10g	高菜とじゃが芋の炒め 43kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 33g	レンコン金平 57kcal 食塩相当量 0.6g 野菜類 25g
スマートミール	369	カラのカリッパチ焼きセット 655kcal 食塩相当量 2.4g 野菜類 140g	さばの竜田揚げセット 663kcal 食塩相当量 2.6g 野菜類 250g	豚肉のソテー*ソースセット 674kcal 食塩相当量 2.4g 野菜類 152g	野菜たっぷりフルコギセット 657kcal 食塩相当量 2.2g 野菜類 239g	照焼チーズハンバーグセット 657kcal 食塩相当量 2.6g 野菜類 166g
味噌汁	46	日替わり				

¥680

週替りカレー	442~	ビーフカツカレー 823kcal 野菜類51g 食塩相当量3.9g				
定番カレー	264	ポークカレー 592kcal 野菜類51g 食塩相当量2.1g				
ミニ丼	196	牛カルビ丼 333kcal 食塩相当量 0.7g 野菜類 30g	竹の子ご飯 214kcal 食塩相当量 1.5g 野菜類 0g	鶏天丼 546kcal 食塩相当量 1.7g 野菜類 1g	炒飯 243kcal 食塩相当量 1.8g 野菜類 3g	麻婆丼 361kcal 食塩相当量 1.9g 野菜類 4g
日替わりサラダ	125	マカロニサラダ 85kcal 食塩相当量 0.6g 野菜類 73g	ゴボウサラダ 75kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 112g	玉子サラダ 76kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 73g	スパゲティサラダ 84kcal 食塩相当量 0.5g 野菜類 82g	ポテトサラダ 67kcal 食塩相当量 0.3g 野菜類 104g
定番小鉢	100	チヂミ・冷奴・スイーツ				
ラーメン	256~	ラーメン(醤油) 411kcal 食塩相当量 8.4g 野菜類 23g	ラーメン(とんこつ) 360kcal 食塩相当量 6.7g 野菜類 21g	ラーメン(塩) 409kcal 食塩相当量 9.4g 野菜類 23g	<b>海老味噌ラーメン</b> 567kcal 食塩相当量 9.4g 野菜類 5g	和風ラーメン 377kcal 食塩相当量 7.5g 野菜類 18g
おにぎり	126	おにぎり 294kcal 野菜類 6g 食塩相当量3.2g				
うどん・そば	125	うどん・そば 361kcal 8.0g 7.0g 313kcal 3.0g 6.1g				
和種トッピングアラカルト種	65~	<b>カレーうどん</b> 482kcal 食塩相当量 4.2g 野菜類 32g	穴子天 178kcal 食塩相当量 0.2g 野菜類 0g	<b>かき揚げどぼ</b> 471kcal 食塩相当量 6.6g 野菜類 59g	揚げもち 106kcal 食塩相当量 0.0g 野菜類 0g	山菜おろし 19kcal 食塩相当量 0.4g 野菜類 75g

¥490