

11月メニュー

	11 月 3 日 (月)	11 月 4 日 (火)	11 月 5 日 (水)	11 月 6 日 (木)	11 月 7 日 (金)
A		ハンバーグ デミグラスソース	チキンチーズ トマトソース	肉団子の 野菜甘酢あんかけ	チーズ包み メンチカツ
カロリー		688	815	693	706
井		豚ニラ玉井	ピリ辛 マーボー豆腐井	鶏照りマヨ井	スタミナ井
カロリー		660	784	745	751

	11 月 10 日 (月)	11 月 11 日 (火)	11 月 12 日 (水)	11 月 13 日 (木)	11 月 14 日 (金)
A	チキンステーキ	味噌カツ	豚肉ときのこの 炒め	ハッシュドポーク	鶏むね肉山賊焼
カロリー	720	702	773	961	561
井	豚井	ジャージャー麺	メンチカツ井	鶏むね ガリバタチキン井	三色井
カロリー	738	768	791	612	730

	11 月 17 日 (月)	11 月 18 日 (火)	11 月 19 日 (水)	11 月 20 日 (木)	11 月 21 日 (金)
A	鶏唐揚げ みぞれソース	チーズのせハンバーグ	焼肉	中華セット(炒飯、春巻 き、肉団子、焼売)	牛肉コロッケと チキンライス
カロリー	884	902	772	731	800
井	ルーロー飯	目玉焼きのせ 焼きそば	親子井	鶏肉の塩だれ焼井	豚肉の生姜焼風井
カロリー	763	612	675	609	762

	11 月 24 日 (月)	11 月 25 日 (火)	11 月 26 日 (水)	11 月 27 日 (木)	11 月 28 日 (金)
A	白身魚フライ タルタルソース	ブルコギ	タンドリーチキン	牛すき煮	豚肉と茄子の 味噌炒め
カロリー	716	879	865	762	691
井	かき揚げ井	鶏むね ガリバタチキン井	カツの卵とじ井	塩豚井	とりたま井
カロリー	801	612	648	777	801