

1月メニュー

				1 月 1 日 (木)	1 月 2 日 (金)
A					
カロリー					
井					
カロリー					

	1 月 5 日 (月)	1 月 6 日 (火)	1 月 7 日 (水)	1 月 8 日 (木)	1 月 9 日 (金)
A	味噌カツ	ハンバーグ デミグラスソース	白身魚フライ タルタルソース	鶏の照り焼き たまごそぼろごはん	ブルコギ
カロリー	702	688	760	678	879
井	唐揚げキャベマヨ井	野菜カレー	揚鶏チリソース井	かき揚げ井	豚ニラ玉井
カロリー	830	798	825	801	660

	1 月 12 日 (月)	1 月 13 日 (火)	1 月 14 日 (水)	1 月 15 日 (木)	1 月 16 日 (金)
A		鶏むね肉山賊焼	アジフライ タルタルソース	肉団子の 野菜甘酢あんかけ	ヤンニョムチキン
カロリー		561	750	693	853
井		メンチカツ井	鶏むね ガリバタチキン井	豚キムチ井	三色井
カロリー		791	612	762	730

	1 月 19 日 (月)	1 月 20 日 (火)	1 月 21 日 (水)	1 月 22 日 (木)	1 月 23 日 (金)
A	鶏唐揚げ みぞれソース	中華セット(炒飯、春巻 き、肉団子、焼売)	焼肉	チーズインハンバーグ トマトソース	牛肉コロッケと チキンライス
カロリー	814	731	772	911	800
井	親子井	鶏肉の塩だれ焼井	ルーロー飯	目玉焼きのせ 焼きそば	豚肉の生姜焼風井
カロリー	675	609	763	612	762

	1 月 26 日 (月)	1 月 27 日 (火)	1 月 28 日 (水)	1 月 29 日 (木)	1 月 30 日 (金)
A	豚肉のニラ玉炒め	厚揚げと焼肉の 炒め物	チキン南蛮 タルタル	チーズ包み メンチカツ	チキンステーキ
カロリー	666	725	871	706	726
井	焼き鳥井	野菜カレー	豚井	鶏照りマヨ井	塩豚井
カロリー	726	798	738	745	777