

白米のみのカロリーは約370kcalです。http://www.alpsfoods.jp/

月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
レッド ホットチキン 海老のトマト クリームマカロニ 880k	白身カツ きのこと卵の 炒め物 850k	チンジャオ ロース 肉じゃが 810k	ロース とんかつ 豚キムチ炒め 860k	鶏の 唐揚げ ひじき煮 870k	お休み
9	10	11	12	13	14
スポーツの日	豚焼肉 蒸し鶏と きゅうりの和え物 810k	ハンバーグ カレーソース 肉野菜炒め 860k	鶏の 塩唐揚げ キャベツの オイスター炒め 870k	海老フライ 豆腐の スタミナ炒め 830k	お休み
16	17	18	19	20	21
若鶏のレモン バジル唐揚 春雨の カレー炒め 870k	肉焼売と 春巻き 茄子の麻婆春雨 820k	チキンカツ 切干大根煮 840k	アジフライ トマトと卵の 中華炒め 830k	ハンバーグ 山菜ソース 大根の キンピラ 860k	お休み
23	24	25	26	27	28
野菜コロッケ 青梗菜とベーコン のクリーム煮 850k	白身フライ タルタルソース 大根サラダ 840k	茄子の ドライカレー ウィンナー ナポリタン 840k	油淋鶏 ポテトサラダ 870k	塩だれ豚 筑前煮 810k	お休み
30	31				
イカフライ ポークチャップ 840k	海老カツ 木耳と卵の 炒め物 830k				

※仕入れの都合により、メニューの一部が変更になる場合がございますが、何卒ご了承くださいませようお願いいたします。