

	5月11日 (月)	5月12日 (火)	5月13日 (水)	5月14日 (木)	5月15日 (金)
SOUTH (南側食堂)	<b>プレミアム</b> チキンかつ南蛮 タルタルソース 880円 974kcal 39.1g 31.8g 134.0g 4.9g	魯珈スパイシープレートカレー 880円 703kcal 23.3g 21.3g 102.7g 5.9g	麦とろ御膳～鶏の山賊焼き～ (温泉卵・味噌汁) 880円 701kcal 35.5g 23.7g 87.8g 4.1g	三陸産 真鱈フライ タルタルソース添え 復興応援ランチ 880円 733kcal 25.3g 27.7g 96.4g 4.1g	【ゴーゴーカレー監修】 金沢カレー 880円 594kcal 13.1g 13.4g 101.2g 5.4g
	<b>おすすめ</b> 鶏肉の菜種焼き 梅ソース 840円 671kcal 34.9g 25.5g 78.1g 4.6g	赤味噌から揚げ 880円 882kcal 42.1g 38.4g 88.2g 4.9g	鶏肉と7種野菜の黒酢あんセット 日本栄養大学 840円 602kcal 21.0g 16.7g 95.5g 2.6g	みぞれかつ井温玉のせ 880円 864kcal 28.9g 31.0g 113.2g 6.5g	ルウエー産鱈の塩焼き 880円 747kcal 29.5g 37.2g 74.0g 6.4g
	<b>和食</b> 豚焼肉おろしほん酢セット 日本栄養大学 840円 543kcal 27.1g 15.1g 76.7g 2.6g	マスと野菜の揚げだし 840円 572kcal 25.9g 19.9g 75.6g 3.1g	豚肉の生姜味噌焼き重 840円 830kcal 27.4g 38.0g 93.2g 3.8g	豚肉と仙台麩のすき煮 840円 723kcal 24.0g 29.4g 90.0g 4.1g	鶏の唐揚げ& 豆腐ハンバーグプレート 840円 769kcal 26.8g 30.9g 95.4g 4.6g
	<b>中華</b> 海鮮あんかけ焼きそば 790円 625kcal 12.9g 28.7g 76.4g 5.5g	黒酢生姜ご飯の中華丼 840円 706kcal 22.4g 18.0g 115.0g 4.9g	豚二郎玉 840円 665kcal 30.7g 28.5g 74.1g 4.9g	鶏肉と野菜の味噌炒め 840円 867kcal 36.0g 39.5g 94.4g 5.8g	しらす炒飯と水餃子の五目あん 840円 706kcal 22.6g 25.5g 94.3g 7.4g
	<b>洋食</b> 洋野菜と自身魚の香草焼き 840円 581kcal 29.5g 20.4g 75.4g 3.9g	ハンバーグ 九条ねぎクリームソース 840円 623kcal 23.5g 19.6g 91.5g 4.6g	紅ずわい蟹クリームコロッケと 自身魚フライ 840円 788kcal 23.7g 34.2g 98.0g 5.4g	ジンジャーチキンローストと 春豆のラグー 840円 754kcal 31.9g 34.1g 84.0g 5.7g	手作りメンチカツ 粒マスタードソース 840円 829kcal 24.1g 33.7g 106.9g 4.7g
	<b>ヘルシー orベジ</b> 庄司いずみ監修 野菜と大豆のバジル炒めごはん ベジメニュー 790円 483kcal 18.1g 7.7g 84.9g 3.7g	豚肉と大根の炒め煮 750円 639kcal 28.9g 21.7g 79.7g 4.6g	春肉と鶏団子のキムチ煮 750円 504kcal 15.3g 8.8g 93.5g 3.6g	ソイミートのホイコーロー 750円 527kcal 23.7g 13.6g 80.3g 4.5g	フーチャンブル 750円 574kcal 29.8g 18.6g 75.6g 5.4g
NORTH (北側食堂)	カレーライス520円				
	ビーフとシャンピニオンの 歐風カレー 660円 644kcal 14.7g 15.8g 106.9g 3.2g	5種の野菜カレー 660円 599kcal 9.9g 11.8g 110.6g 3.4g	【完全全】欧風カレー (いりどりベジ) 完全メジ食堂   監修 庄司いずみ 680円 570kcal 23.3g 13.2g 91.6g 2.9g	野菜とチーズのキーマカレー 680円 674kcal 18.7g 21.6g 100.2g 2.7g	十勝男爵コロッケカレー 680円 751kcal 11.9g 22.3g 121.1g 3.1g
	さる・そば・うどん 460円 / わかめそば・うどん 480円 / たぬきそば・うどん 480円 きつねそば・うどん 480円 / かき揚げそば・うどん 520円 / 和麺セット(そば・うどん+ミニ丼) 660円 / 麺大盛り+120円				
	とうろと温泉玉子の ぶっかけうどん 620円 520kcal 17.4g 8.8g 93.7g 4.1g	くるみそばと 五月豆かき揚げ 660円 746kcal 23.1g 32.6g 93.2g 3.9g	鶏柚子きしめん 660円 548kcal 23.5g 13.2g 77.7g 3.3g	かしわ磯辺天とオクラの ぶっかけうどん 660円 635kcal 17.5g 18.6g 99.3g 3.6g	鶏南蛮そば・うどん 660円 610kcal 31.4g 19.1g 74.3g 7.2g
	醤油ラーメン 500円 / 野菜ちゃんぽん600円 / 味噌ラーメン 600円 / 都庁ラーメン660円 / 醤油ラーメンセット(醤油ラーメン+ミニ丼) 660円 / 麺大盛り+120円				
	高菜とんこつラーメン 620円 565kcal 20.6g 15.2g 80.7g 12.0g	サンラーつけ麺 660円 723kcal 22.7g 33.2g 78.3g 4.4g	花椒麻辣 冷やしラーメン 660円 533kcal 19.5g 14.0g 79.9g 6.4g	【あじさい監修】 函館塩ラーメン 720円 692kcal 25.6g 26.4g 79.8g 10.3g	福杯麻辣湯(芝麻豆腐白湯) 720円 507kcal 23.2g 24.1g 50.8g 7.3g
そら豆とベーコンの レモンクリームパスタ 620円 694kcal 23.9g 25.4g 93.5g 4.0g	深川井 680円 614kcal 26.0g 13.4g 95.1g 4.3g	チョリソーとほうれん草の トマトパスタ 620円 579kcal 18.9g 16.1g 90.7g 4.0g	ロコモコハンバーグ 目玉焼き添え 720円 580kcal 23.9g 14.6g 85.9g 1.8g	鳴だし和風パスタ 680円 596kcal 21.2g 17.2g 90.6g 3.2g	

※仕入れにより、メニュー・価格は当日変更になる場合があります。ご了承ください。

<b>曜日別 サービス</b>	<b>NORTH(北側食堂)</b> 【日替わりカレー】 デザートサービス	<b>NORTH(北側食堂)</b> (丼) 味噌汁を豚汁に変更します	<b>NORTH(北側食堂)</b> (和麺) さつま揚げそば・うどん 480円	<b>SOUTH(南側食堂)</b> (和食) 炊き込みご飯お運びいただけます	<b>NORTH(北側食堂)</b> (和麺) さつま芋そば・うどん 480円
---------------------	---	---	--	---	---

夕食Weekly Menu 17:30~19:00

	5月11日 (月)	5月12日 (火)	5月13日 (水)	5月14日 (木)	5月15日 (金)
A	豚肉の南蛮焼き アルergen:小麦 680円 737kcal 26.6g 22.8g 111.3g 4.8g	回鍋肉 アルergen:小麦 680円 736kcal 26.3g 20.1g 119.7g 5.7g	メンチカツ&クリームコロッケ アルergen:小麦・卵・えび・かに 680円 853kcal 20.0g 32.5g 126.7g 3.1g	油淋鶏 アルergen:小麦・卵 680円 751kcal 32.1g 23.8g 107.9g 4.7g	ハンバーグジンジャーソース アルergen:小麦・卵 680円 766kcal 24.9g 21.0g 124.4g 5.3g
B	さわらのコチジャン焼き アルergen:小麦 680円 638kcal 27.8g 12.7g 105.5g 4.0g	自身魚の竜田揚げ香味ソース アルergen:小麦・卵 680円 649kcal 23.1g 10.5g 118.7g 5.2g	五日あんかけ焼きそば アルergen:小麦 680円 522kcal 18.8g 10.6g 94.8g 5.2g	鯖の生姜焼き アルergen:小麦 680円 675kcal 28.4g 15.9g 105.0g 6.3g	五日あんかけ炒飯 アルergen:小麦・卵 680円 563kcal 16.4g 9.3g 106.3g 7.0g
C	ポークカレー アルergen:小麦・乳 520円 638kcal 27.8g 12.7g 105.5g 4.0g	ポークカレー アルergen:小麦・乳 520円 602kcal 14.6g 15.8g 104.8g 2.6g	ポークカレー アルergen:小麦・乳 520円 602kcal 14.6g 15.8g 104.8g 2.6g	ポークカレー アルergen:小麦・乳 520円 602kcal 14.6g 15.8g 104.8g 2.6g	ポークカレー アルergen:小麦・乳 520円 602kcal 14.6g 15.8g 104.8g 2.6g

※仕入れにより、メニュー・価格は当日変更になる場合があります。ご了承ください。  
 ※栄養価表示:エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/食塩相当量

野菜料理家 庄司いずみ 監修

5/11 (月)

野菜と大豆のバジル炒めごはん  
 大豆ミートとたっぷりの野菜を炒め合わせ、バジルの香りとクリームソースがアクセントです。  
 ¥790

5/12 (火)

黒酢生姜ご飯の中華丼  
 ¥840

葉善キッチン

旬の豆フェア

5/14 (水)

ジンジャーチキンローストと春豆のラグー  
 Roast Ginger Chicken with Spring Bean Ragout  
 840円

あじさい 監修

5/14 (木)

函館塩ラーメン  
 ¥720

金沢カレーフームの火付け役

5/15 (金)

金沢カレー  
 ¥880円