



	4月22日 (月)	4月23日 (火)	4月24日 (水)	4月25日 (木)	4月26日 (金)
SOUTH (南側食堂)	おすすめ 豚ロースカツピリ辛香味だれ 1087kcal 33.8g 43.0g 134.5g 5.0g 750円	与座岳分屯基地 和だし空揚げ 定番祭 837kcal 35.1g 32.1g 97.9g 4.2g 750円	【石川沖天然ふり】ぶりのつけ丼 北條支援メニュー 570kcal 22.4g 5.4g 99.2g 6.4g 790円	【福島県産いわし】 豚肉の生姜焼きといわし青のりフライ 復興応援ランチ 695kcal 44.3g 35.7g 119.5g 6.1g 750円	オムカレープレート 806kcal 25.7g 36.8g 93.3g 4.4g 750円
	和食 豆腐ハンバーグ 和風おろしソース 722kcal 22.3g 31.9g 110.5g 6.1g 750円	目鯛の西京焼き 575kcal 25.7g 9.0g 118.9g 4.2g 750円	ゆで豚のピーナツソースかけ IG 女子栄養大学監修! 558kcal 20.8g 17.0g 84.2g 2.7g 750円	鱒のねぎ味噌焼き 609kcal 21.5g 12.7g 95.7g 4.3g 750円	和風おろしハンバーグセット 544kcal 17.8g 12.3g 94.8g 2.9g 750円
	中華 福島県産しらす炒飯& 野菜炒め 復興応援ランチ 751kcal 22.4g 23.0g 114.1g 8.2g 690円	中華丼セット IG 女子栄養大学監修! 584kcal 18.3g 16.6g 93.1g 3.0g 690円	麻婆豆腐&豚ニラ玉 750円	「大阪王将 ぶるもち水餃子使用」 水餃子のピリ辛ソース 大満足! 751kcal 18.2g 19.9g 122.2g 4.5g 690円	豚肉と小松菜の あんかけ焼きそば 718kcal 28.0g 22.6g 105.9g 5.2g 690円
	洋食 ソイミートのタコライス ベジメニュー 588kcal 16.3g 13.4g 104.0g 3.9g 690円	ポークソテー 粗挽きジンジャーソース 750円	白身魚のフリット 5種野菜の香味ソース 管理栄養士監修メニュー 731kcal 22.2g 21.6g 109.3g 2.8g 750円	タントリーチキン サラダ風 IG 女子栄養大学監修! 607kcal 25.6g 18.4g 88.5g 2.6g 750円	チキンカツ 899kcal 29.0g 34.3g 115.8g 4.5g 750円
	ワンコイン 卵と野菜のピーマン炒め 500円	5種野菜とソイミートのきんぴら 500円	鶏肉団子&コロッケ 500円	豚肉と厚揚げの四川炒め 500円	ポーク焼肉の胡麻だれ 500円
NORTH (北側食堂)	カレーライス480円				
	タイ風チキン・レッドカレー 628kcal 20.4g 20.4g 93.4g 2.9g 590円	ハヤシライス 温玉添え 685kcal 19.5g 22.2g 103.6g 3.0g 630円	三元豚のカツカレー 742kcal 15.8g 22.1g 125.0g 3.3g 630円	6種野菜のスープカレー 435kcal 7.2g 6.0g 91.8g 1.0g 590円	【銀座テリー監修】 バターチキンカレー 682kcal 22.9g 17.8g 110.8g 3.2g 630円
	ざる・そば・うどん 440円 / わかめそば・うどん 440円 / ためきそば・うどん 440円 きつねそば・うどん 440円 / かき揚げそば・うどん 480円 和麺セット(そば・うどん+ミニ丼)630円 麺大盛り+100円				
	ぶっかけ冷やしきしめん 491kcal 17.2g 9.6g 77.3g 3.4g 580円	みぞれ豚ばらそば・うどん 529kcal 19.2g 19.6g 66.9g 0.4g 580円	釜玉明太うどん 523kcal 20.0g 10.9g 80.8g 4.1g 580円	富山県産ホタルイカ入り かき揚げそば・うどん 北條支援メニュー 557kcal 18.6g 15.9g 81.7g 5.4g 580円	八丈島産明日葉入り 肉汁つけそば・うどん 八丈島産明日葉 549kcal 12.3g 15.2g 72.7g 1.1g 580円
	醤油ラーメン 450円 / 野菜ちゃんぽん560円 / 冷やし担々麺 560円 / 都庁ラーメン630円 / 醤油ラーメンセット(醤油ラーメン+ミニ丼) 630円 麺大盛り+100円				
中華麺 横浜大飯店監修 麻婆麺(広東風) 668kcal 25.7g 17.5g 97.3g 7.7g 680円	生姜香る味噌つけ麺 649kcal 23.8g 22.6g 83.6g 5.6g 630円	鶏チャーシューとんこつラーメン 555kcal 20.6g 15.5g 79.4g 6.5g 630円	【あじさい監修】 函館塩ラーメン 720kcal 24.0g 30.2g 79.7g 7.6g 680円	鶏さきみ唐揚げラーメン 676kcal 41.1g 14.5g 86.1g 8.8g 680円	
パスタ・丼 明太子クリームソーススパゲティ 573kcal 21.5g 16.1g 87.3g 3.2g 580円	かつ丼 855kcal 27.8g 25.9g 127.8g 5.2g 680円	八丈島産明日葉とベーコンの ペペロンチーノ 八丈島産明日葉 787kcal 17.3g 49.5g 82.8g 4.2g 630円	ブルコギ丼 760kcal 23.1g 29.4g 102.6g 3.3g 650円	富山県産ホタルイカと 春キャベツの和風スパゲティ 北條支援メニュー 517kcal 14.4g 13.6g 87.0g 2.0g 630円	

※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。

曜日別 サービス	NORTH(北側食堂) 【日替わりカレー】 デザートサービス	NORTH(北側食堂) 【丼】 味噌汁を豚汁に変更します	NORTH(北側食堂) 【和麺】 コロッケそば・うどん 440円	SOUTH(南側食堂) 【和食】 飲み込みご飯お選びいただけます	NORTH(北側食堂) 【和麺】 玉子天そば・うどん 440円
-------------	---	---	---	---	--

※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

夕食Weekly Menu

17:30~19:00

	4月22日 (月)	4月23日 (火)	4月24日 (水)	4月25日 (木)	4月26日 (金)
A	鶏肉の胡麻味噌照焼 アレルギー:小麦・卵・乳・そば・かき 778kcal 34.3g 24.4g 110.8g 4.0g 650円	カニクリームコロッケ& 白身魚フライ アレルギー:小麦・乳・かき 744kcal 22.1g 20.6g 123.0g 3.9g 650円	かつ丼 アレルギー:小麦・卵・乳 863kcal 28.4g 27.5g 125.7g 4.2g 650円	鶏もも肉の竜田揚げ アレルギー:小麦・卵 757kcal 29.2g 24.5g 110.2g 3.5g 650円	和風おろし豚焼肉 アレルギー:小麦 678kcal 24.3g 19.5g 107.9g 4.4g 650円
B	さわらのチリソース アレルギー:小麦 604kcal 20.6g 11.4g 105.1g 3.5g 650円	麻婆野菜炒め アレルギー:小麦 698kcal 21.9g 18.9g 118.1g 4.7g 650円	鱒の七味焼き アレルギー:小麦 777kcal 29.2g 28.1g 102.1g 4.5g 650円	豚肉と蓮根の味噌炒め アレルギー:小麦・卵 753kcal 22.7g 18.3g 131.2g 5.2g 650円	五目あんかけ炒飯 アレルギー:小麦・卵 563kcal 16.4g 9.3g 106.3g 7.0g 650円
C	ポークカレー アレルギー:小麦・乳 638kcal 27.8g 12.7g 105.5g 4.0g 480円	ポークカレー アレルギー:小麦・乳 602kcal 14.6g 15.8g 104.8g 2.6g 480円	ポークカレー アレルギー:小麦・乳 602kcal 14.6g 15.8g 104.8g 2.6g 480円	ポークカレー アレルギー:小麦・乳 602kcal 14.6g 15.8g 104.8g 2.6g 480円	ポークカレー アレルギー:小麦・乳・卵 602kcal 14.6g 15.8g 104.8g 2.6g 480円

※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