

Weekly Menu

Japan Wellness

En=エネルギー (kcal) , Pr=たんぱく質(g) , S=塩分(g)

スクールランチ	7月7日 (月)			7月8日 (火)			7月9日 (水)			7月10日 (木)			7月11日 (金)			7月12日 (土)
メイン																唐揚げ&牛肉コロッケ
	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En: 512 Pr: 17.7 S: 1.7
付け合わせ																キャベツ・サニーレタス・人参
	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En: 7 Pr: 0.4 S:
付け合わせ																ブロッコリー・トマト
	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En: 9 Pr: 1.0 S:
副菜																オレンジゼリー
	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En: 71 Pr: S: 0.1
汁物																味噌汁 (小松菜・油揚げ)
	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En: 43 Pr: 2.6 S: 1.2
合計	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En: 642 Pr: 21.7 S: 3.0

Lunch

日替わりランチ ご飯味噌汁付 500円																		
	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:
ラーメン 500円																		
	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:
カレー 500円																		
	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:	En:	Pr:	S:

- この献立は予定献立です。仕入等の都合により変更となる場合があります。予めご了承下さい。
- 大盛りは別料金です。【大盛券】ごはん共通100円をお買い求めください。

