



1F メニュー



E	P	F	Na
エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
kcal	g	g	g



11月11日は
チーズの日

	11月6日(月)				11月7日(火)				11月8日(水)				11月9日(木)				11月10日(金)				11月11日(土)									
		E	P	F	Na		E	P	F	Na		E	P	F	Na		E	P	F	Na		E	P	F	Na					
聖学院 ランチ	豚肉のみそ炒め温卵のつけ	774	197	302	36	照りマヨハンバーグ	815	247	169	60	海老かつ	563	137	130	20	鶏肉の香味ソースかけ	887	291	364	3.4	みそカツ	1067	399	408	50	チキンカツ チーズのせ	810	334	290	23
アレルギー	卵・小麦				小麦				乳・小麦・卵				小麦				小麦				小麦・卵									
ヘルシー ランチ	チキンの チリソースかけ	863	344	293	35	魚の甘酢あんかけ	714	282	171	33	鶏のさっぱり煮	596	171	117	25	肉豆腐	242	217	117	1.3	魚の竜田揚げ	674	270	167	38					
アレルギー	小麦				小麦				小麦				小麦				小麦													
麺	ちくわ天うどん	428	152	65	49	山菜そば	385	126	20	42	とろろ昆布うどん	295	115	21	2.7	わかめそば	348	111	2.7	5.1	きつねうどん	385	126	20	4.2	たぬきそば	432	121	7.8	4.5
アレルギー	卵・小麦				そば・小麦				小麦				小麦・そば				小麦				小麦・そば									
ラーメン	塩ラーメン	397	115	106	46	醤油ラーメン	354	136	50	60	とんこつラーメン	384	180	63	52	味噌ラーメン	398	142	8.1	4.7	塩ラーメン	397	115	106	46					
アレルギー	小麦				小麦				小麦				小麦				小麦													
ワンプレート	カルボナーラ+デザート	446	146	100	09	オムライス	744	323	319	31	焼きそば	586	268	173	33	チャーハン	693	216	261	35	オムライス デミグラスソース	744	323	319	31					
アレルギー	小麦・乳・卵				小麦・卵・乳				小麦				小麦・卵				小麦・卵・乳													
丼	鶏マヨ丼	670	194	184	16	スタミナ丼	598	231	146	13	鶏マヨ丼	670	194	184	16	コロッケ丼	360	121	176	4.5	鶏マヨ丼	670	194	184	16					
アレルギー	卵・小麦				小麦				卵・小麦				小麦				卵・小麦													
カレー	カレーライス	995	245	405	56	カレーライス	995	245	405	56	カレーライス	995	245	405	56	カレーライス	995	245	405	56	カレーライス	995	245	405	56	カレーライス	995	245	405	56
	小麦・乳・落花生				小麦・乳・落花生				小麦・乳・落花生				小麦・乳・落花生				小麦・乳・落花生				小麦・乳・落花生									
	カツ or 唐揚げ	1055	261	415	54	カツ or 唐揚げ	1055	261	415	54	カツ or 唐揚げ	1055	261	415	54	カツ or 唐揚げ	1055	261	415	54	カツ or 唐揚げ	1055	261	415	54	カツ or 唐揚げ	1055	261	415	54
アレルギー	卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生									
	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	639	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	639	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	639	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	639	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	639	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	639	76.4	7.1
アレルギー	卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生									

※アレルギー表示についての注意点

- ◇表示対象のアレルゲンは、卵・乳・小麦・そば・落花生です。
- ◇ランチはご飯、汁物、小鉢(サラダ)を含んだアレルゲンを表示しております。
- ◇食材が変更になる場合もある為、重篤なアレルギー症状を起こす方はご注意ください。

- ランチはご飯、汁物、小鉢(サラダ)を含んだ栄養価です。
- お米は国内産米を使用しております。
- 食材の仕入れ状況により、献立が変更することがございます。
- 土曜日・祝日は縮小メニューになります。ご了承ください。