



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

	9月24日(月)					9月25日(火)					9月26日(水)					9月27日(木)					9月28日(金)				
		E	P	F	Na		E	P	F	Na		E	P	F	Na		E	P	F	Na		E	P	F	Na
皇学館 ランチ	海老カツ	416	21.4	26.4	1.5	ハンバーグ 照りマヨソース	395	29.1	24.1	2.1	豚の生姜焼き 温玉のせ	755	29.8	28.7	2.9	鶏の唐揚げ	835	29.8	32.8	2.6	三元豚のトンカツ	610	30.5	38.6	1.3
アレルギー	卵・小麦・乳					卵・小麦・乳					小麦・卵					小麦					卵・小麦				
ヘルシー ランチ	魚の味噌煮	644	32.5	10.1	3.9	たっぷり野菜炒め	632	21.7	17.8	2.6	豆腐の甘酢あんかけ	162	21.7	11.7	1.3	魚のホイル焼き	614	26.7	15.4	3.2	鶏のさっぱり煮	307	22.0	16.7	1.9
アレルギー	小麦					小麦					小麦					小麦					小麦				
麺	きつねそば	385	12.6	2.0	4.2	ちくわ天うどん	428	15.2	6.5	4.9	とろろ昆布そば	295	11.5	2.1	2.7	カツうどん	537	15.4	17.2	5.3	わかめそば	348	11.1	2.7	5.1
アレルギー	小麦・そば					卵・小麦					小麦・そば					小麦・卵					小麦・そば				
ラーメン	醤油ラーメン	354	13.6	5.0	6.0	味噌ラーメン	398	14.2	8.1	4.7	とんこつラーメン	384	18.0	6.3	5.2	塩ラーメン	397	11.5	10.6	4.6	醤油ラーメン	354	13.6	5.0	6.0
アレルギー	小麦					小麦					小麦					小麦					小麦				
ワンプレート	焼きそば	586	26.8	17.3	3.3	オムライス	744	32.3	31.9	3.1	明太子パスタ +デザート	621	24.8	16.7	2.4	天津飯	622	22.9	16.6	3.0	にんにくしょうゆ パスタ	264	9.1	4.8	2.8
アレルギー	小麦					小麦・卵・乳					小麦・乳・卵					小麦・卵					小麦・卵				
丼	鶏マヨ丼	670	19.4	18.4	1.6	麻婆丼	598	23.1	14.6	1.3	鶏マヨ丼	670	19.4	18.4	1.6	牛ごぼう丼	610	20.0	11.3	4.5	鶏マヨ丼	670	19.4	18.4	1.6
アレルギー	卵・小麦					卵・小麦					卵・小麦					小麦					卵・小麦				
カレー	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6
	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	26.1	41.5	5.4	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4
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				
	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	63.9	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	63.9	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	63.9	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	63.9	76.4	7.1	Wカレー(唐揚げ・カツ)	1646	63.9	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				

※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)を含んだアレルギー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。