

日替わり麺定食

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
6月1日	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日
ませそば	冷海老かき揚げそば	冷明太とろろうどん	冷味噌ラーメン	冷なめ茸オクラそば
エネルギー-379kcal たんぱく質14.3g 脂質12.4g 塩分3.5g	エネルギー-364kcal たんぱく質12.5g 脂質6.9g 塩分2.9g	エネルギー-252kcal たんぱく質7.6g 脂質1.2g 塩分2.2g	エネルギー-356kcal たんぱく質16.8g 脂質8.9g 塩分3.5g	エネルギー-344kcal たんぱく質12.2g 脂質6.0g 塩分3.9g
かおり御飯	おにぎり(昆布)	若布としらす御飯	のり玉ふりかけ御飯	太巻寿司
エネルギー-190kcal たんぱく質2.9g 脂質0.4g 塩分0.9g	エネルギー-199kcal たんぱく質6.9g 脂質0.7g 塩分0.5g	エネルギー-192kcal たんぱく質3.4g 脂質0.6g 塩分1.0g	エネルギー-198kcal たんぱく質3.2g 脂質1.0g 塩分0.3g	エネルギー-178kcal たんぱく質4.6g 脂質1.1g 塩分0.2g
6月8日	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日
冷茶そば	冷塩ラーメン	冷ピリ辛しゃぶしゃぶうどん	冷鶏ささみ天そば	冷中華(醤油)
エネルギー-367kcal たんぱく質12.9g 脂質8.7g 塩分3.2g	エネルギー-287kcal たんぱく質12.5g 脂質5.9g 塩分5.4g	エネルギー-373kcal たんぱく質16.3g 脂質8.7g 塩分4.3g	エネルギー-363kcal たんぱく質20.1g 脂質7.5g 塩分3.1g	エネルギー-306kcal たんぱく質18.8g 脂質3.0g 塩分5.9g
稲荷寿司	かつおふりかけ御飯	若布と高菜御飯	枝豆御飯	おにぎり(梅)
エネルギー-212kcal たんぱく質5.1g 脂質4.6g 塩分0.4g	エネルギー-197kcal たんぱく質3.5g 脂質0.9g 塩分0.2g	エネルギー-193kcal たんぱく質3.2g 脂質0.6g 塩分0.9g	エネルギー-208kcal たんぱく質4.6g 脂質1.4g 塩分0.1g	エネルギー-191kcal たんぱく質6.7g 脂質0.7g 塩分0.6g
6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日
冷ピリ辛担々麺	冷かき揚げそば(紅生姜)	冷きつねうどん	冷魚介豚骨ませそば	冷厚焼玉子入りたぬきそば
エネルギー-447kcal たんぱく質21.5g 脂質18.0g 塩分4.3g	エネルギー-360kcal たんぱく質11.6g 脂質6.9g 塩分3.2g	エネルギー-397kcal たんぱく質17.4g 脂質10.5g 塩分3.1g	エネルギー-317kcal たんぱく質17.6g 脂質4.4g 塩分5.0g	エネルギー-392kcal たんぱく質15.4g 脂質9.1g 塩分3.7g
若菜と梅しそ御飯	太巻寿司	おにぎり(昆布)	若布御飯(ごま入り)	五目寿司
エネルギー-193kcal たんぱく質3.1g 脂質0.8g 塩分0.8g	エネルギー-178kcal たんぱく質4.6g 脂質1.1g 塩分0.2g	エネルギー-199kcal たんぱく質6.9g 脂質0.7g 塩分0.5g	エネルギー-188kcal たんぱく質2.9g 脂質0.4g 塩分1.1g	エネルギー-225kcal たんぱく質3.8g 脂質0.6g 塩分1.5g
6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日
冷天ぷらそば	冷中華(ごまだれ)	冷サラダうどん	冷豚しゃぶ梅おろしそば	冷大豆ミートのピリ辛ジャージャー麺
エネルギー-426kcal たんぱく質17.5g 脂質10.3g 塩分3.1g	エネルギー-341kcal たんぱく質16.0g 脂質5.9g 塩分4.6g	エネルギー-369kcal たんぱく質13.3g 脂質10.2g 塩分3.2g	エネルギー-323kcal たんぱく質19.3g 脂質5.5g 塩分4.5g	エネルギー-344kcal たんぱく質17.2g 脂質8.8g 塩分3.7g
若布と明太子御飯	おにぎり(梅)	のり玉ふりかけ御飯	稲荷寿司	ゆかり御飯
エネルギー-189kcal たんぱく質3.0g 脂質0.5g 塩分0.5g	エネルギー-191kcal たんぱく質6.7g 脂質0.7g 塩分0.6g	エネルギー-198kcal たんぱく質3.2g 脂質1.0g 塩分0.3g	エネルギー-212kcal たんぱく質5.1g 脂質4.6g 塩分0.4g	エネルギー-189kcal たんぱく質2.9g 脂質0.4g 塩分1.0g
6月29日	6月30日	7月1日	7月2日	7月3日
冷ちゃんぽん麺	冷鴨そば	冷海老磯辺天うどん	冷蒸鶏とキムチのませ麺	冷唐揚げそば
エネルギー-286kcal たんぱく質14.3g 脂質3.6g 塩分4.0g	エネルギー-385kcal たんぱく質14.1g 脂質10.8g 塩分3.1g	エネルギー-317kcal たんぱく質10.6g 脂質6.2g 塩分2.7g	エネルギー-298kcal たんぱく質18.6g 脂質2.1g 塩分4.2g	エネルギー-412kcal たんぱく質15.8g 脂質12.1g 塩分3.6g
牛ごぼう御飯	太巻寿司	若布としらす御飯	かつおふりかけ御飯	おにぎり(昆布)
エネルギー-197kcal たんぱく質3.2g 脂質0.8g 塩分1.2g	エネルギー-178kcal たんぱく質4.6g 脂質1.1g 塩分0.2g	エネルギー-192kcal たんぱく質3.4g 脂質0.6g 塩分1.0g	エネルギー-197kcal たんぱく質3.5g 脂質0.9g 塩分0.2g	エネルギー-199kcal たんぱく質6.9g 脂質0.7g 塩分0.5g

※『温』と書いてあるものは濃縮麺つゆに適量のお湯をかけてお召し上がりください
 ※『冷』と書いてあるものは麺つゆストレートタイプになります

* 材料の都合により献立を変更する場合がありますので、ご了承ください。
 * 安全上、賞味期限は午後2時までとさせていただきます。

(株)フードサービストーク