

# 日替わり麺定食【冷】

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日
熱量 塩分	麺休み		GW休業		麺休み
熱量 塩分	麺休み		GW休業		麺休み
	5月9日	5月10日	5月11日	5月12日	5月13日
	冷かしわ天うどん	冷味噌ラーメン	冷かき揚げおろしそば	冷若布きつねうどん	冷中華(ごまだれ)
熱量 塩分	エネルギー-516kcal たんぱく質21.7g 脂質11.7g 塩分4.6g	エネルギー-422kcal たんぱく質19.8g 脂質12.2g 塩分3.0g	エネルギー-407kcal たんぱく質14.5g 脂質7.2g 塩分3.8g	エネルギー-402kcal たんぱく質17.0g 脂質10.3g 塩分4.4g	エネルギー-380kcal たんぱく質18.5g 脂質5.5g 塩分4.5g
	若菜と梅しそ御飯	おにぎり(昆布)	稲荷寿司	おにぎり(ゆかり)	若布と高菜御飯
熱量 塩分	エネルギー-195kcal たんぱく質3.2g 脂質0.8g 塩分1.0g	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-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6.7g 脂質0.7g 塩分0.6g	エネルギー-195kcal たんぱく質3.3g 脂質0.7g 塩分1.1g
	5月16日	5月17日	5月18日	5月19日	5月20日
	冷天ぷらうどん	冷中華(醤油)	冷鴨南蛮そば	冷明太高菜釜玉うどん	冷ピリ辛ませそば
熱量 塩分	エネルギー-415kcal たんぱく質11.6g 脂質8.6g 塩分3.6g	エネルギー-404kcal たんぱく質16.0g 脂質6.4g 塩分6.0g	エネルギー-308kcal たんぱく質15.9g 脂質3.4g 塩分4.0g	エネルギー-312kcal たんぱく質13.5g 脂質6.1g 塩分3.0g	エネルギー-440kcal たんぱく質16.7g 脂質13.8g 塩分4.2g
	稲荷寿司	菜飯	かき揚げ	若布と明太子御飯	おにぎり(梅ひじき)
熱量 塩分	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-190kcal たんぱく質3.1g 脂質0.4g 塩分1.3g	エネルギー-253kcal たんぱく質4.2g 脂質3.5g 塩分0.5g	エネルギー-175kcal たんぱく質3.0g 脂質0.6g 塩分0.8g	エネルギー-195kcal たんぱく質6.9g 脂質0.8g 塩分0.4g
	5月23日	5月24日	5月25日	5月26日	5月27日
	冷かき揚げそば	冷鶏竜田揚げうどん	冷中華(ごまだれ)	冷山菜きつねそば	冷おろしためぎきのこうどん
熱量 塩分	エネルギー-396kcal たんぱく質14.4g 脂質7.1g 塩分3.9g	エネルギー-517kcal たんぱく質21.3g 脂質21.4g 塩分4.0g	エネルギー-374kcal たんぱく質16.5g 脂質5.0g 塩分4.7g	エネルギー-454kcal たんぱく質21.3g 脂質10.9g 塩分5.9g	エネルギー-392kcal たんぱく質9.6g 脂質7.2g 塩分4.0g
	おにぎり(ツナマヨ)	若菜と梅しそ御飯	ゆかり御飯	五目寿司	太巻寿司
熱量 塩分	エネルギー-201kcal たんぱく質4.0g 脂質3.0g 塩分0.2g	エネルギー-178kcal たんぱく質3.0g 脂質0.8g 塩分1.0g	エネルギー-170kcal たんぱく質2.6g 脂質0.3g 塩分0.5g	エネルギー-212kcal たんぱく質3.9g 脂質0.7g 塩分1.2g	エネルギー-177kcal たんぱく質4.6g 脂質1.1g 塩分0.2g
	5月30日	5月31日	6月1日	6月2日	6月3日
	冷えび天そば	冷ピリ辛ませそば	冷山菜たぬきうどん	冷月見きつねそば	冷中華(醤油)
熱量 塩分	エネルギー-365kcal たんぱく質16.6g 脂質4.9g 塩分4.1g	エネルギー-440kcal たんぱく質16.7g 脂質13.8g 塩分4.2g	エネルギー-407kcal たんぱく質9.7g 脂質7.2g 塩分5.0g	エネルギー-455kcal たんぱく質25.1g 脂質12.8g 塩分4.7g	エネルギー-354kcal たんぱく質16.9g 脂質4.5g 塩分6.1g
	梅ひじき御飯	若布と高菜御飯	稲荷寿司	かき揚げ	おにぎり(菜飯)
熱量 塩分	エネルギー-197kcal たんぱく質3.1g 脂質0.5g 塩分0.4g	エネルギー-195kcal たんぱく質3.3g 脂質0.7g 塩分1.1g	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-253kcal たんぱく質4.2g 脂質3.5g 塩分0.5g	エネルギー-191kcal たんぱく質6.9g 脂質0.7g 塩分1.0g

※冷たい麺つゆは、ストレートタイプとなっております。

\*\* (株)フードサービストーク \*\*