

# 日替わり麺定食

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
12月30日	12月31日	1月1日	1月2日	1月3日
お休み				
1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日
麺休み	<b>温きつねそば</b>	<b>温肉うどん</b>	<b>温担々麺</b>	<b>温かき揚げそば</b>
	エネルギー-396kcal たんぱく質20.0g 脂質10.7g 塩分7.5g	エネルギー-315kcal たんぱく質15.2g 脂質4.2g 塩分6.7g	エネルギー-393kcal たんぱく質18.1g 脂質14.4g 塩分5.8g	エネルギー-375kcal たんぱく質12.8g 脂質7.0g 塩分7.1g
	<b>おにぎり(梅)</b>	<b>ひじき御飯</b>	<b>若布御飯</b>	<b>かおり御飯</b>
	エネルギー-190kcal たんぱく質6.8g 脂質0.7g 塩分0.8g	エネルギー-260kcal たんぱく質5.5g 脂質1.3g 塩分1.9g	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-190kcal たんぱく質2.9g 脂質0.4g 塩分0.9g
1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日
麺休み	<b>温ワンタン麺</b>	<b>温目玉オムレツうどん</b>	<b>温鴨南蛮そば</b>	<b>温ちゃんぽん麺</b>
	エネルギー-288kcal たんぱく質12.3g 脂質4.4g 塩分8.0g	エネルギー-311kcal たんぱく質10.8g 脂質4.8g 塩分6.7g	エネルギー-430kcal たんぱく質15.4g 脂質12.6g 塩分7.6g	エネルギー-270kcal たんぱく質15.2g 脂質3.5g 塩分4.0g
	<b>若布と明太子御飯</b>	<b>太巻寿司</b>	<b>きのご御飯</b>	<b>おにぎり(昆布)</b>
	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-177kcal たんぱく質4.6g 脂質1.1g 塩分0.2g	エネルギー-244kcal たんぱく質4.9g 脂質0.7g 塩分1.4g	エネルギー-199kcal たんぱく質6.9g 脂質0.7g 塩分0.5g
1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日
<b>温みそラーメン</b>	<b>温肉そば</b>	<b>温かき玉鶏ねぎ塩うどん</b>	<b>温とんこつラーメン</b>	<b>温えび磯辺天そば</b>
エネルギー-347kcal たんぱく質15.8g 脂質8.0g 塩分8.3g	エネルギー-338kcal たんぱく質18.4g 脂質4.4g 塩分7.4g	エネルギー-345kcal たんぱく質14.4g 脂質9.6g 塩分5.8g	エネルギー-327kcal たんぱく質15.4g 脂質10.3g 塩分8.0g	エネルギー-326kcal たんぱく質14.7g 脂質6.5g 塩分7.1g
<b>のり玉ふりかけ御飯</b>	<b>稲荷寿司</b>	<b>五目御飯</b>	<b>おにぎり(梅)</b>	<b>五目寿司</b>
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-199kcal たんぱく質4.1g 脂質0.7g 塩分1.4g	エネルギー-190kcal たんぱく質6.8g 脂質0.7g 塩分0.8g	エネルギー-225kcal たんぱく質3.8g 脂質0.6g 塩分1.5g
1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日
<b>温カレーそば</b>	<b>温塩ラーメン</b>	<b>温鶏の竜田揚げうどん</b>	<b>温山菜ためきそば</b>	<b>温コーンラーメン</b>
エネルギー-420kcal たんぱく質20.1g 脂質10.1g 塩分8.8g	エネルギー-267kcal たんぱく質13.9g 脂質5.0g 塩分7.8g	エネルギー-467kcal たんぱく質17.9g 脂質20.0g 塩分7.7g	エネルギー-396kcal たんぱく質13.9g 脂質7.6g 塩分8.4g	エネルギー-310kcal たんぱく質13.2g 脂質6.5g 塩分8.6g
<b>おにぎり(昆布)</b>	<b>菜飯</b>	<b>かつおふりかけ御飯</b>	<b>太巻寿司</b>	<b>こぎつね御飯</b>
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3.1g 脂質0.7g 塩分0.9g	エネルギー-198kcal たんぱく質3.8g 脂質0.9g 塩分0.2g	エネルギー-177kcal たんぱく質4.6g 脂質1.1g 塩分0.2g	エネルギー-217kcal たんぱく質4.8g 脂質1.3g 塩分1.3g

※『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

\*\* (株)フードサービストーワ \*\*