

日替わり指定

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9月2日	9月3日	9月4日	9月5日	9月6日
冷味噌ラーメン	冷大豆ミートのピリ辛そば	冷照焼チキンうどん	冷中華(ごま)	冷海老天そば
エネルギー340kcal たんぱく質16.1g 脂質8.9g 塩分3.4g	エネルギー289kcal たんぱく質16.0g 脂質1.8g 塩分3.5g	エネルギー334kcal たんぱく質15.8g 脂質6.5g 塩分3.2g	エネルギー326kcal たんぱく質15.3g 脂質5.8g 塩分4.5g	エネルギー347kcal たんぱく質15.2g 脂質5.1g 塩分3.6g
若菜と梅しそ御飯	稲荷寿司	ゆかり御飯	おにぎり(梅)	若布と明太子御飯
エネルギー193kcal たんぱく質3.1g 脂質0.7g 塩分0.8g	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0.9g	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193kcal たんぱく質3.3g 脂質0.7g 塩分1.0g
9月9日	9月10日	9月11日	9月12日	9月13日
冷鴨そば	冷スパイス香る豚しゃぶラーメン	冷かき揚げうどん	冷山菜なめこそば	冷担々麺
エネルギー316kcal たんぱく質13.6g 脂質6.4g 塩分3.3g	エネルギー386kcal たんぱく質16.8g 脂質17.2g 塩分3.6g	エネルギー345kcal たんぱく質8.1g 脂質6.7g 塩分2.5g	エネルギー279kcal たんぱく質11.1g 脂質1.3g 塩分4.7g	エネルギー443kcal たんぱく質21.6g 脂質18.8g 塩分4.3g
五目寿司	菜飯	太巻寿司	おにぎり(昆布)	若布としらす御飯
エネルギー198kcal たんぱく質3.3g 脂質0.5g 塩分1.3g	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177kcal 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192kcal たんぱく質3.4g 脂質0.5g 塩分1.0g
9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日
☎ 麺休み	冷ためきとろ茶そば	冷サラダうどん	冷まぜそば	冷豚しゃぶ梅おろしそば
	エネルギー381kcal たんぱく質12.1g 脂質7.7g 塩分3.5g	エネルギー339kcal たんぱく質12.6g 脂質9.9g 塩分2.8g	エネルギー359kcal たんぱく質13.5g 脂質11.9g 塩分3.2g	エネルギー326kcal たんぱく質19.4g 脂質5.5g 塩分4.5g
	五目寿司	若布と高菜御飯	おにぎり(梅)	稲荷寿司
	エネルギー198kcal たんぱく質3.3g 脂質0.5g 塩分1.3g	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190kcal たんぱく質6.8g 脂質0.7g 塩分0.8g	エネルギー212kcal たんぱく質5.1g 脂質4.6g 塩分0.4g
9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日
☎ 麺休み	冷大豆ミートのピリ辛ジャージャー麺	冷山菜きつねうどん	冷干しエビと刻み海苔のおろしそば	冷中華(醤油)
	エネルギー238kcal たんぱく質13.9g 脂質1.7g 塩分1.2g	エネルギー408kcal たんぱく質16.2g 脂質10.5g 塩分4.4g	エネルギー266kcal たんぱく質13.7g 脂質1.4g 塩分3.0g	エネルギー288kcal たんぱく質15.3g 脂質4.0g 塩分6.0g
	若布御飯	おにぎり(昆布)	太巻寿司	若布と鮭御飯
	エネルギー192kcal たんぱく質3.1g 脂質0.7g 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177kcal たんぱく質4.6g 脂質1.1g 塩分0.2g	エネルギー191kcal たんぱく質3.3g 脂質0.6g 塩分0.8g
9月30日	10月1日	10月2日	10月3日	10月4日
冷唐揚げラーメン	冷大豆ミートのカレーそば	冷さしみ天うどん	冷中華(ごま)	冷かき揚げそば
エネルギー415kcal たんぱく質20.8g 脂質14.9g 塩分3.4g	エネルギー365kcal たんぱく質20.2g 脂質5.6g 塩分4.6g	エネルギー348kcal たんぱく質16.0g 脂質7.2g 塩分2.5g	エネルギー310kcal たんぱく質13.5g 脂質4.7g 塩分4.4g	エネルギー401kcal たんぱく質15.1g 脂質9.1g 塩分3.3g
おにぎり(梅)	若布とコーン御飯	青じそ御飯	かつおふりかけ御飯	稲荷寿司
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194kcal たんぱく質3.1g 脂質0.5g 塩分0.7g	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198kcal たんぱく質3.8g 脂質0.9g 塩分0.2g	エネルギー212kcal たんぱく質5.1g 脂質4.6g 塩分0.4g

※『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ク