

日替わり麺定食

※3月30日から冷たい麺に切り替わります

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
3月2日	3月3日	3月4日	3月5日	3月6日
温山菜たぬきそば	温醤油ラーメン	温カレーうどん	温鴨そば	温ワンタン麺
エネルギー404kcal たんぱく質13.6g 脂質7.7g 塩分8.4g	エネルギー326kcal たんぱく質17.1g 脂質9.6g 塩分6.8g	エネルギー410kcal たんぱく質16.8g 脂質9.7g 塩分7.9g	エネルギー325kcal たんぱく質14.9g 脂質6.5g 塩分6.6g	エネルギー309kcal たんぱく質15.0g 脂質6.0g 塩分6.9g
おにぎり(昆布)	ゆかり御飯	のり玉ふりかけ御飯	太巻寿司	若布と高菜御飯
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189kcal たんぱく質2.9g 脂質0.4g 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	エネルギー193kcal たんぱく質3.2g 脂質0.6g 塩分0.9g
3月9日	3月10日	3月11日	3月12日	3月13日
温唐揚げラーメン	温えび磯辺天そば	温かき玉風鶏ねぎ塩うどん	温とんこつラーメン	温肉そば
エネルギー489kcal たんぱく質24.1g 脂質22.0g 塩分7.1g	エネルギー335kcal たんぱく質15.2g 脂質6.4g 塩分6.8g	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317kcal たんぱく質13.9g 脂質10.3g 塩分6.5g	エネルギー345kcal たんぱく質19.8g 脂質4.4g 塩分7.2g
かつおふりかけ御飯	稲荷寿司	おにぎり(梅)	若布御飯	菜飯(ごま入り)
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6.8g 脂質0.7g 塩分0.8g	エネルギー189kcal たんぱく質3.0g 脂質0.4g 塩分1.4g	エネルギー192kcal たんぱく質3.1g 脂質0.7g 塩分0.9g
3月16日	3月17日	3月18日	3月19日	3月20日
温カレーそば	温ちゃんぽん麺	温チゲみそうどん	温鶏ささみ天そば	🍜 麺休み
エネルギー429kcal たんぱく質20.6g 脂質10.0g 塩分8.5g	エネルギー272kcal たんぱく質15.4g 脂質3.5g 塩分4.4g	エネルギー354kcal たんぱく質15.8g 脂質9.0g 塩分5.1g	エネルギー378kcal たんぱく質21.0g 脂質7.5g 塩分7.0g	
もち麦御飯	おにぎり(昆布)	若布としらす御飯	太巻寿司	
エネルギー232kcal たんぱく質4.2g 脂質0.6g 塩分0.0g	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192kcal たんぱく質3.4g 脂質0.5g 塩分1.0g	エネルギー178kcal たんぱく質4.6g 脂質1.1g 塩分0.2g	
3月23日	3月24日	3月25日	3月26日	3月27日
温揚げ餃子ラーメン	温きつねそば	温かき揚げうどん	温担々麺	温鴨南蛮そば
エネルギー359kcal たんぱく質15.5g 脂質10.7g 塩分6.7g	エネルギー412kcal たんぱく質21.6g 脂質10.7g 塩分7.0g	エネルギー362kcal たんぱく質9.2g 脂質6.6g 塩分6.0g	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442kcal たんぱく質16.2g 脂質12.6g 塩分7.1g
若菜と梅しそ御飯	おにぎり(梅)	のり玉ふりかけ御飯	若布コーン御飯	太巻寿司
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190kcal たんぱく質6.8g 脂質0.7g 塩分0.8g	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195kcal たんぱく質3.1g 脂質0.5g 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
3月30日	3月31日	4月1日	4月2日	4月3日
冷えび天そば	ませそば	冷明太とろろうどん	冷茶そば	冷味噌ラーメン
エネルギー302kcal たんぱく質14.5g 脂質3.3g 塩分3.6g	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236kcal たんぱく質7.2g 脂質1.1g 塩分2.2g	エネルギー366kcal たんぱく質12.2g 脂質8.8g 塩分3.1g	エネルギー340kcal たんぱく質16.1g 脂質8.9g 塩分3.4g
かおり御飯	若布と鮭御飯	稲荷寿司	五目寿司	おにぎり(昆布)
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193kcal たんぱく質3.4g 脂質0.6g 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224kcal たんぱく質3.8g 脂質0.6g 塩分1.5g	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。
- * 食器を灰皿に使用したり、ガム等を捨てたりしないで下さい。
- * 弊社のお米は、国内産の物を使用しております。

(株)フードサービストーク