

日替わり麺定食

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
11月2日	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日
温ちゃんぼん麺	🍜 麺休み	温かき玉風鶏ねぎ塩うどん	温醤油ラーメン	温エビ磯辺天そば
エネルギー301kcal たんぱく質15.0g 脂質3.7g 塩分4.1g		エネルギー338kcal たんぱく質16.7g 脂質6.4g 塩分5.8g	エネルギー366kcal たんぱく質18.9g 脂質10.5g 塩分7.0g	エネルギー332kcal たんぱく質15.0g 脂質6.4g 塩分6.8g
若布と高菜御飯		おにぎり(梅)	ひじき御飯	太巻寿司
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191kcal たんぱく質6.7g 脂質0.7g 塩分0.6g	エネルギー189kcal たんぱく質4.1g 脂質0.9g 塩分1.5g	エネルギー178kcal たんぱく質4.6g 脂質1.1g 塩分0.2g
11月9日	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日
温鴨南蛮そば	温塩ラーメン	温かき揚げうどん	温カレーそば	温豆乳担々麺
エネルギー438kcal たんぱく質16.1g 脂質12.6g 塩分7.1g	エネルギー341kcal たんぱく質17.0g 脂質9.1g 塩分8.0g	エネルギー381kcal たんぱく質10.4g 脂質6.7 塩分5.9g	エネルギー426kcal たんぱく質20.5g 脂質10.0g 塩分8.5g	エネルギー356kcal たんぱく質19.3g 脂質10.0g 塩分3.8g
おにぎり(昆布)	五目御飯	稲荷寿司	もち麦御飯	若布御飯
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191kcal たんぱく質4.0g 脂質0.7g 塩分1.5g	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187kcal たんぱく質3.3g 脂質0.5g 塩分0g	エネルギー188kcal たんぱく質2.9g 脂質0.4g 塩分1.1g
11月16日	11月17日	11月18日	11月19日	11月20日
温揚げ餃子ラーメン	温鶏ささみ天そば	温きつねうどん	温味噌ラーメン	温山菜ためきそば
エネルギー395kcal たんぱく質17.4g 脂質10.8g 塩分6.5g	エネルギー375kcal たんぱく質20.8g 脂質7.5g 塩分7.0g	エネルギー410kcal たんぱく質18.2g 脂質10.5g 塩分6.4g	エネルギー364kcal たんぱく質18.8g 脂質6.9g 塩分8.8g	エネルギー432kcal たんぱく質15.0g 脂質9.0g 塩分8.3g
ゆかり御飯	太巻寿司	牛ごぼう御飯	菜飯	おにぎり(梅)
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178kcal たんぱく質4.6g 脂質1.1g 塩分0.2g	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194kcal たんぱく質3.1g 脂質0.7g 塩分0.9g	エネルギー191kcal たんぱく質6.7g 脂質0.7g 塩分0.6g
11月23日	11月24日	11月25日	11月26日	11月27日
🍜 麺休み	温とんこつラーメン	温カレーうどん	温天ぷらそば	温ワンタン麺
	エネルギー357kcal たんぱく質15.6g 脂質11.2g 塩分6.7g	エネルギー427kcal たんぱく質17.2g 脂質9.8g 塩分7.9g	エネルギー473kcal たんぱく質18.3g 脂質10.3g 塩分6.5g	エネルギー292kcal たんぱく質13.8g 脂質4.5g 塩分7.3g
	若布としらす御飯	おにぎり(昆布)	たけのご御飯	のり玉ふりかけ御飯
	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199kcal たんぱく質6.9g 脂質0.7g 塩分0.5g	エネルギー191kcal たんぱく質4.5g 脂質0.8g 塩分1.5g	エネルギー198kcal たんぱく質3.2g 脂質1.0g 塩分0.3g
11月30日	12月1日	12月2日	12月3日	12月4日
温唐揚げラーメン	温海老天そば	温チゲみそうどん	温ちゃんぼん麺	温肉そば
エネルギー419kcal たんぱく質20.9g 脂質12.9g 塩分6.8g	エネルギー359kcal たんぱく質15.8g 脂質5.0g 塩分6.8g	エネルギー368kcal たんぱく質15.8g 脂質9.1g 塩分5.5g	エネルギー301kcal たんぱく質15.0g 脂質3.7g 塩分4.1g	エネルギー342kcal たんぱく質19.7g 脂質4.4g 塩分7.1g
おにぎり(梅)	かおり御飯	たけのご御飯	若布と鮭御飯	稲荷寿司
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4.6g 脂質0.8g 塩分1.5g	エネルギー194kcal 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

※『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。
- * 配達の際に前日以前のお弁当が確認出来た場合は、安全の為に全て回収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。
- * 電子レンジでの温めは1分以内でお願いします。

(株)フードサービストーク