

日替わり麺定食

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
9月28日	9月29日	9月30日	10月1日	10月2日
冷鶏ささみ天そば	冷中華(ごまだれ)	冷坦々うどん	冷茶そば	冷ちゃんぽん麺
エネルギー363kcal たんぱく質20.1g 脂質7.5g 塩分3.1g	エネルギー357kcal たんぱく質16.8g 脂質5.9g 塩分4.5g	エネルギー402kcal たんぱく質15.6g 脂質11.7g 塩分4.2g	エネルギー367kcal たんぱく質12.9g 脂質8.7g 塩分3.2g	エネルギー301kcal たんぱく質15.0g 脂質3.7g 塩分4.1g
牛ごぼう御飯	おにぎり(昆布)	かつおふりかけ御飯	稲荷寿司	若布と高菜御飯
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199kcal たんぱく質6.9g 脂質0.7g 塩分0.5g	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195kcal たんぱく質3.2g 脂質0.6g 塩分0.9g
10月5日	10月6日	10月7日	10月8日	10月9日
冷塩ラーメン	冷かき揚げそば	冷明太とろろうどん	冷中華(醤油)	冷豚しゃぶ梅おろしそば
エネルギー291kcal たんぱく質18.4g 脂質4.4g 塩分4.5g	エネルギー361kcal たんぱく質11.6g 脂質6.9g 塩分3.0g	エネルギー252kcal たんぱく質7.6g 脂質1.2g 塩分2.2g	エネルギー305kcal たんぱく質13.6g 脂質3.1g 塩分6.1g	エネルギー323kcal たんぱく質19.3g 脂質5.5g 塩分4.5g
おにぎり(梅)	太巻寿司	若布としらす御飯	菜飯(ごま入り)	のり玉ふりかけ御飯
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178kcal たんぱく質4.6g 脂質1.1g 塩分0.2g	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3.2g 脂質1.0g 塩分0.3g
10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	10月16日
麺お休み	冷大豆ミートのピリ辛担々麺	冷鶏ささみ天うどん	冷厚焼玉子入りたぬきそば	冷まぜそば
	エネルギー383kcal たんぱく質17.5g 脂質9.8g 塩分4.7g	エネルギー364kcal たんぱく質16.8g 脂質7.3g 塩分2.6g	エネルギー392kcal たんぱく質15.4g 脂質9.1g 塩分3.7g	エネルギー395kcal たんぱく質15.0g 脂質12.4g 塩分3.4g
	かおり御飯	おにぎり(昆布)	稲荷寿司	若布と鮭御飯
	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194kcal たんぱく質3.4g 脂質0.6g 塩分0.8g
10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日
冷中華(ごまだれ)	冷海老天そば	冷鴨うどん	冷味噌ラーメン	冷なめ茸オクラそば
エネルギー356kcal たんぱく質16.8g 脂質6.0g 塩分4.9g	エネルギー348kcal たんぱく質15.4g 脂質5.1g 塩分3.3g	エネルギー409kcal たんぱく質11.5g 脂質12.4g 塩分2.7g	エネルギー337kcal たんぱく質16.2g 脂質5.8g 塩分3.5g	エネルギー344kcal たんぱく質12.2g 脂質6.0g 塩分3.9g
おにぎり(梅)	五目寿司	ゆかり御飯	若布と明太子御飯	太巻寿司
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198kcal たんぱく質3.3g 脂質0.5g 塩分1.3g	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189kcal たんぱく質3.0g 脂質0.5g 塩分0.5g	エネルギー178kcal たんぱく質4.6g 脂質1.1g 塩分0.2g
10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日
冷茶そば	冷大豆ミートのピリ辛ジャージャー麺	冷山菜なめこうどん	冷天ぷらそば	冷唐揚げラーメン
エネルギー367kcal たんぱく質12.9g 脂質8.7g 塩分3.2g	エネルギー359kcal たんぱく質17.9g 脂質8.8g 塩3.8g	エネルギー283kcal たんぱく質8.0g 脂質1.2g 塩分4.2g	エネルギー283kcal たんぱく質8.0g 脂質1.2g 塩分4.2g	エネルギー419kcal たんぱく質21.6g 脂質13.7g 塩分3.8g
稲荷寿司	若布御飯(ごま入り)	おにぎり(昆布)	かつおふりかけ御飯	若菜と梅しそ御飯
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188kcal たんぱく質2.9g 脂質0.4g 塩分1.1g	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199kcal たんぱく質6.9g 脂質0.7g 塩分0.5g	エネルギー193kcal たんぱく質3.1g 脂質0.8g 塩分0.8g

※『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