



# 1F メニュー



E	P	F	Na
エネルギー	蛋白質	脂質	塩分
kcal	g	g	g

	4月17日(月)				4月18日(火)				4月19日(水)				4月20日(木)				4月21日(金)								
	E	P	F	Na	E	P	F	Na	E	P	F	Na	E	P	F	Na	E	P	F	Na					
皇學館 ランチ	照りマヨハンバーグ	395	29.1	24.1	2.1	メンチカツ チーズのせ	440	11.5	32.1	1.2	みそカツ	610	30.5	38.6	1.3	塩唐揚げ	407	20.4	28.9	1.0	ミックスフライ	440	11.5	32.1	1.2
アレルギー	卵・小麦・乳				卵・小麦				卵・小麦				小麦				卵・小麦								
ヘルシー ランチ	魚のチリソースかけ	226	10.7	14.3	1.0	魚の味噌煮	270	22.0	13.3	2.4	豆腐の甘酢あんかけ	154	10.1	8.1	11.0	肉豆腐	345	12.8	26.7	0.7	ささみのごまだれかけ	150	24.5	2.8	2.2
アレルギー	小麦				小麦				小麦				小麦				小麦								
種	ちくわ天うどん	428	15.2	6.5	4.9	わかめそば	348	11.1	2.7	5.1	月見うどん	411	18.7	6.2	5.4	たぬきそば	432	12.1	7.8	4.5	きのこ天うどん	428	15.2	6.5	4.9
アレルギー	卵・小麦				小麦・そば				卵・小麦				小麦・そば				小麦								
ラーメン	醤油ラーメン	354	13.6	5.0	6.0	とんこつラーメン	384	18.0	6.3	5.2	塩ラーメン	397	11.5	10.6	4.6	味噌ラーメン	398	14.2	8.1	4.7	醤油ラーメン	354	13.6	5.0	6.0
アレルギー	卵・小麦				卵・小麦				卵・小麦・乳				小麦				卵・小麦								
パスタ	カルボナーラ	722	32.8	26.2	2.2	カルボナーラ	722	32.8	26.2	2.2	カルボナーラ	722	32.8	26.2	2.2	カルボナーラ	722	32.8	26.2	2.2	カルボナーラ	722	32.8	26.2	2.2
アレルギー	小麦・乳・卵				小麦・乳・卵				小麦・乳・卵				小麦・乳・卵				小麦・乳・卵								
丼	鶏マヨ丼	670	19.4	18.4	1.6	豚玉丼	638	26.3	15.6	1.8	鶏マヨ丼	670	19.4	18.4	1.6	ハムカツ丼	682	13.4	23.8	1.9	鶏マヨ丼	670	19.4	18.4	1.6
アレルギー	卵・小麦				小麦・卵				卵・小麦				卵・小麦				卵・小麦								
カレー	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6	カレーライス	995	24.5	40.5	5.6
	小麦・乳・落花生				小麦・乳・落花生				小麦・乳・落花生				小麦・乳・落花生				小麦・乳・落花生								
	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4	カツ or 唐揚げ	1055	26.1	41.5	5.4
	卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生								
アレルギー	卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生				卵・小麦・乳・落花生								
オムラ イス	オムライス	673	25.7	23.9	3.7	オムライス	673	25.7	23.9	3.7	オムライス	673	25.7	23.9	3.7	オムライス	673	25.7	23.9	3.7	オムライス	673	25.7	23.9	3.7
アレルギー	卵・小麦・乳				卵・小麦・乳				卵・小麦・乳				卵・小麦・乳				卵・小麦・乳								

### ※アレルギー表示についての注意点

- ◇表示対象のアレルゲンは、卵・乳・小麦・そば・落花生です。
- ◇単品のみの表示です。
- ◇食材が変更になる場合もある為、重篤なアレルギー症状を起こす方はご注意ください。

□単品のみの栄養価です。

□お米は国内産米を使用しております。

□食材の仕入れ状況により、献立が変更することがございます。

□土曜日・祝日は縮小メニューになります。ご了承ください。