



Weekly Menu

by repast

中高自由ランチ

中高自由ランチ

中高自由ランチ

中高自由ランチ

中高自由ランチ

販売品目	11月25日 MON	11月26日 TUE	11月27日 WED	11月28日 THU	11月29日 FRI	11月30日 SAT																																																																																				
パラエティーランチ メイン・ごはん・汁物 540円	ランチBOX可 ヒレカツ	ランチBOX可 チキンカツ トマトチーズソース	ランチBOX可 白身魚マヨネ焼	ランチBOX可 ポークソテー なすソース	ランチBOX可 チキンソテー ポテト焼	おやすみ																																																																																				
	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば		落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに																																																																																				
○	○	○	○	○	○	○																																																																																				
カロリー / 塩分	790kcal / 3.0 g	881kcal / 4.2 g	798kcal / 3.6 g	808kcal / 3.8 g	868kcal / 3.8 g																																																																																					
とりからランチ ごはん付きフレート・汁物 490円	ランチBOX可	ランチBOX可 鶏の唐揚げ パジルソース	ランチBOX可	ランチBOX可 鶏の唐揚げ トマトソース	ランチBOX可	おやすみ																																																																																				
	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば		落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○														
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
カロリー / 塩分		848kcal / 3.6 g		857kcal / 3.7 g																																																																																						
丼ぶり 丼・汁物 490円	ランチBOX可 びびんバ	ランチBOX可	ランチBOX可 オムライス	ランチBOX可	ランチBOX可 □□モコ	おやすみ																																																																																				
	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば		落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○														
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
カロリー / 塩分	790kcal / 3.9 g		878kcal / 3.6 g		870kcal / 3.9 g																																																																																					
中華麺 麺普通盛り390円 麺大盛り440円	ランチBOX可	醤油ワンタンメン	パスタ 明太クリームパスタ	とり塩ラーメン	ランチBOX可	おやすみ																																																																																				
	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば		落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○														
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
カロリー / 塩分		496kcal / 5.2 g	687kcal / 3.8 g	399kcal / 5.1 g																																																																																						
和麺 麺普通盛り390円 麺大盛り440円	きつね山菜うどんそば	ランチBOX可	ランチBOX可	ランチBOX可	かき揚げうどんそば	おやすみ																																																																																				
	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば		落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○														
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
カロリー / 塩分	うどん 825kcal / 3.8 g そば 845kcal / 3.8 g				うどん 884kcal / 3.9 g そば 854kcal / 3.9 g																																																																																					
カレー 430円	ランチBOX可 ポークカレー	ランチBOX可 ポークカレー	ランチBOX可 ポークカレー	ランチBOX可 ポークカレー	ランチBOX可 ポークカレー	おやすみ																																																																																				
	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば		落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○	<table border="1"> <tr><td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td></tr> <tr><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td><td>○</td></tr> </table>	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○	○	○	○	○														
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ		かに																																																																																			
○	○	○	○	○	○		○																																																																																			
カロリー / 塩分	524kcal / 2.2 g	524kcal / 2.2 g	524kcal / 2.2 g	524kcal / 2.2 g	524kcal / 2.2 g																																																																																					

MEMO
 当社のお米は国産米を使用しております。
 食券は当日限り有効です。
 栄養価

ご飯1杯 (180g)	288kcal	0g
味噌汁1杯 (144cc)	21kcal	1.6g

 営業時間 11:30~14:00