



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

中高自由ランチ

販売品目	6月23日	MON	6月24日	TUE	6月25日	WED	6月26日	THU	6月27日	FRI	6月28日	SAT
バラエティー ランチ メイン・ごはん・汁物 ごはん590円	ランチBOX可 ヒレカツ玉子あん		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 ネギ・なすソース		ランチBOX可 チキンポテト焼		白身魚じカタ	
	卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに		卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに		卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに		卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに		卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに		卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに	
	○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○		○ ○ ○	
カロリー / 塩分	892kcal 4.6 g		881kcal 4.2 g		798kcal 3.6 g		808kcal 3.8 g		869kcal 4.8 g		801kcal 4.7 g	
とりから ランチ ごはん付きプレート・汁物 540円	ランチBOX可		ランチBOX可 鶏の唐揚げ 甘辛ごまだれ		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		鶏の唐揚げ チーズマヨネーズソース	
			卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに				卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに				卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに	
			○ ○ ○				○ ○ ○				○ ○ ○	
カロリー / 塩分			843kcal 3.7 g				857kcal 3.7 g				889kcal 4.1 g	
井ぶり 丼・汁物 540円	ランチBOX可				ランチBOX可				ランチBOX可			
	タコライス				オムハヤシライス				ココモコ			
	卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに				卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに				卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに			
カロリー / 塩分	849kcal 3.9 g				833kcal 3.2 g				870kcal 3.9 g			
中華麺 麺普通盛440円 麺大盛490円	ワンタンメン				明太クリームパスタ						冷やし サラダ中華	
	卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに				卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに						卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに	
	○ ○ ○				○ ○ ○						○ ○ ○	
カロリー / 塩分	496kcal 5.2 g				687kcal 3.8 g						402kcal 5.6 g	
和麺 麺普通盛440円 麺大盛490円			そばイベント 紅生姜天冷やしぶっかけ そば				うどんイベント しらすとオクラ釜玉風 うどん		肉うどん そば			
			卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに				卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに		卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに			
			○ ○ ○				○ ○ ○		○ ○ ○			
カロリー / 塩分			うどん そば 501kcal 7.0 g				うどん 431kcal 3.5 g そば 371kcal 3.8 g		うどん 351kcal 3.8 g そば 371kcal 3.8 g			
カレー 480円	ランチBOX可 ビーフカレー		ランチBOX可 ビーフカレー		ランチBOX可 ビーフカレー		ランチBOX可 ビーフカレー		ランチBOX可 ビーフカレー		ビーフカレー	
	卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに		卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに		卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに		卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに		卵 小麦 乳 なた 落花生 エビ かに		卵 小麦 乳 なた 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		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

営業時間

11:30~14:00

■ 仕入れの都合によりmenuの変更がごさいます。予めご了承ください。

熱量 (kcal) / 塩分 (g)

味噌汁1杯 (144cc)

21kcal

1.6g

■ カウンターの外に置いてある調味料類のカロリー・塩分は含んでいません。