

【WEEKLY MENU】

営業時間 朝食 / 8:00~10:00 昼食 / 11:00~15:00 夕食 / 17:00~19:00L.O.(19:30CLOSE)

食券番号	12月9日 月						12月10日 火						12月11日 水						12月12日 木						12月13日 金						
	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	
朝食プレート ¥100 (汁付き)	1	アジフライ 582 15 15 93 2 ¥100 小麦●						ほたてコロッケ 541 10.0 11.1 95.4 1.9 ¥100 小麦● 卵● 乳● 海老● かに●						オムレツ&ソーセージ 528 12.9 11.6 88.9 2.2 ¥100 小麦● 卵● 乳●						野菜コロッケ 520 11.1 6.3 100.3 2.1 ¥100 小麦● 卵● 乳●						鯖の塩焼き 518 15.4 11.1 83.6 1.7 ¥100 小麦● 乳●					
日替わり定食 ¥500~ (ご飯・汁付き)	2	グリルチキン バジルソース 810 34.4 30.6 90.9 2.9 ¥500 小麦● 乳●						鯖の幽庵焼き 814 30.1 31.2 93.4 4.3 ¥500 小麦●						鶏肉と緑黄色野菜の チリソースがけ 895 27.1 24.6 134.1 5.2 ¥500 小麦● 卵●						ローストビーフ丼 774 30.5 18.3 116.1 3.4 ¥500 小麦● 卵●						油淋鶏 898 31.0 32.6 109.9 3.9 ¥500 小麦● 卵●					
和麺 ¥350~	3	鶏ごぼう天うどん・そば 569 18.1 14.6 84.8 6.8 ¥450 小麦● 卵●						とろろ昆布の京風 うどん・そば 393 10.3 1.8 79.3 3.9 ¥400 小麦● 卵●																							
中華麺 ¥420~	4	生姜香る醤油ラーメン 484 18.0 8.9 83.4 6.3 ¥430 小麦● 卵● 乳●						ガツンと肉味噌ラーメン 606 23.6 16.2 91.1 6.1 ¥500 小麦● 卵●						1年間お疲れさまでした！ サービスデー スペシャルメニュー☆ 昼食をおめしあがりの お客様に デザートが付きます！						ニュープリ油そば 404 13.4 9.6 61.5 1.8 ¥500 小麦● 卵●											
バラエティ ¥450~ (ご飯・汁付き)	5	白麻婆豆腐丼 712 27.1 17.9 103.9 2.1 ¥500 小麦●						温玉のせ豚丼 735 31.6 19.6 100.7 3.5 ¥550 小麦● 卵●												チーズロコモコ丼 766 26.4 21.5 111.3 4.1 ¥550 小麦● 卵● 乳●						チキンピラフ クリームソース 642 16.7 14.1 106.6 5.5 ¥500 小麦● 乳●					
週替丼 ¥400~ (汁付き)	6	創友丼 790 32.4 20.1 112.7 5.2 ¥500 小麦● 卵●						創友丼 790 32.4 20.1 112.7 5.2 ¥500 小麦● 卵●												創友丼 790 32.4 20.1 112.7 5.2 ¥500 小麦● 卵●						創友丼 790 32.4 20.1 112.7 5.2 ¥500 小麦● 卵●					
カレー ¥400~ (汁付き)	7	LEOCポークカレー 758 18.4 20.7 117.8 4.9 ¥400 小麦● 乳●						LEOCポークカレー 758 18.4 20.7 117.8 4.9 ¥400 小麦● 乳●												LEOCポークカレー 758 18.4 20.7 117.8 4.9 ¥400 小麦● 乳●						LEOCポークカレー 758 18.4 20.7 117.8 4.9 ¥400 小麦● 乳●					
ヘルシー ¥500~ (健康米・汁付き) or (汁付き)	8	ベジメンチ Vege fried cake of minced tofu 571 14.2 13.2 95.0 3.2 ¥500 小麦●						豆腐ステーキなすみぞれあん Tofus teak eggplant sauce 694 25.4 19.1 101.8 2.9 ¥500 小麦●												ベジ和風チャプチェ Japanese style Japchae 560 12.9 5.0 114.0 3.3 ¥500 小麦●						ソイミートソースのポテトグラタン vege meat sauce on baked potatoes 695 25.9 13.7 121.1 4.0 ¥500 小麦●					
夕食プレート ¥500~ (汁付き)	9	ヒレカツ丼 744 21.1 16.6 121.1 3.1 ¥580 小麦● 卵● 乳●						チキンとポテトの ガーリック炒め 649 21.1 10.9 111.1 3.5 ¥500 小麦●						豚肉のゆず塩炒め 598 22.1 10.5 98.9 2.1 ¥500 小麦●						韓国風鶏マヨ丼 948 29.6 39.3 109.5 1.9 ¥500 小麦● 卵● 乳●						シェフおまかせディナー					

サイドメニュー ¥50 / Lベジサラダ ¥360 / 白米 ¥80 健康米 ¥100 / 和麺・中華麺・ご飯大盛 ¥50 / おにぎり・いなり ¥100 / ミニカレー ¥230

 豚肉、ポークエキスの入っているメニューには、このマークが付いています。

*仕入状況によりメニューを変更する場合がございます。
*和麺はうどんの栄養価を表記しています。そばの場合は下記となります。
(エネルギー+33kcal/たんぱく質+3.7g脂質+0.8g/炭水化物+3.2g/食塩)

 ラインポイント対象のメニューで