



6月 高校食堂メニュー



日	曜日	日替わりランチ ¥600		週替わりランチ ¥530		日替わり丼 ¥530		週替わり丼 ¥480	
		メニュー	カロリー	メニュー	カロリー	メニュー	カロリー	メニュー	カロリー
1	月	鶏肉の白菜ネギ塩だれ 698 Kcal 小麦乳		ロールキャベツのトマト煮 723 Kcal 小麦乳		マーボー温玉丼 723 Kcal 卵 小麦乳		ジャンボメンチカツ丼 780 Kcal 小麦 卵 乳	
2	火	鱒の照り焼き 512 Kcal 小麦乳		ロールキャベツのトマト煮 723 Kcal 小麦乳		鶏天丼 812 Kcal 卵 小麦乳		ジャンボメンチカツ丼 780 Kcal 小麦 卵 乳	
3	水	青椒肉絲 663 Kcal 小麦乳		ロールキャベツのトマト煮 723 Kcal 小麦乳		鶏のから揚げ和風ダレ 713 Kcal 卵 小麦乳		ジャンボメンチカツ丼 780 Kcal 小麦 卵 乳	
4	木	ハンバーグ&鶏肉のトマトソース 712 Kcal 小麦乳		ロールキャベツのトマト煮 723 Kcal 小麦乳		おろし豚丼 645 Kcal 小麦乳		ジャンボメンチカツ丼 780 Kcal 小麦 卵 乳	
5	金	アジフライ 643 Kcal 卵 小麦乳		ロールキャベツのトマト煮 723 Kcal 小麦乳		ラザニア風丼 723 Kcal 卵 小麦乳		ジャンボメンチカツ丼 780 Kcal 小麦 卵 乳	
6	土	千キンソテーデミグラス 856 Kcal 小麦乳		ロールキャベツのトマト煮 723 Kcal 小麦乳		豚丼 699 Kcal 小麦乳		ジャンボメンチカツ丼 780 Kcal 小麦 卵 乳	
7	日	お休み							
8	月	千キンソテーピザ風 806 Kcal 小麦乳		大葉ロールカツ 765 Kcal 卵 小麦乳		ホイコーロ丼 692 Kcal 小麦乳		ササミフライカレー 796 Kcal 卵 小麦乳	
9	火	サバのバジルオイル焼き 539 Kcal 小麦乳		大葉ロールカツ 765 Kcal 卵 小麦乳		チーズ焼鳥丼 673 Kcal 小麦乳		ササミフライカレー 796 Kcal 卵 小麦乳	
10	水	豚ロースの甘酢タルタル 792 Kcal 小麦乳		大葉ロールカツ 765 Kcal 卵 小麦乳		キーマカレー 786 Kcal 小麦乳		ササミフライカレー 796 Kcal 卵 小麦乳	
11	木	鱒の生姜煮 599 Kcal 小麦乳		大葉ロールカツ 765 Kcal 卵 小麦乳		千キン南蛮丼 776 Kcal 卵 小麦乳		ササミフライカレー 796 Kcal 卵 小麦乳	
12	金	ハンバーグキノコクリーム 765 Kcal 小麦乳		大葉ロールカツ 765 Kcal 卵 小麦乳		豚キム子 699 Kcal 卵 小麦乳		ササミフライカレー 796 Kcal 卵 小麦乳	
13	土	千キンソテーレモンペッパー焼き 688 Kcal 小麦乳		大葉ロールカツ 765 Kcal 卵 小麦乳		ネギ塩豚丼 711 Kcal 小麦乳		ササミフライカレー 796 Kcal 卵 小麦乳	
14	日	お休み							
15	月	照り焼き千キンボン酢ダレ 728 Kcal 小麦乳		イタリアンハンバーグ 710 Kcal 卵 小麦乳		鶏つくねあんかけ丼 674 Kcal 卵 小麦乳		三元豚ロースカツ丼 865 Kcal 卵 小麦乳	
16	火	鶏肉とポテトの煮込み 792 Kcal 小麦乳		イタリアンハンバーグ 710 Kcal 卵 小麦乳		塩豚丼 632 Kcal 小麦乳		三元豚ロースカツ丼 865 Kcal 卵 小麦乳	
17	水	鶏肉の西京焼き 714 Kcal 小麦乳		イタリアンハンバーグ 710 Kcal 卵 小麦乳		豚肉金平丼 754 Kcal 小麦乳		三元豚ロースカツ丼 865 Kcal 卵 小麦乳	
18	木	サバのみぞれ煮 684 Kcal 小麦乳		イタリアンハンバーグ 710 Kcal 卵 小麦乳		油淋鶏丼 723 Kcal 卵 小麦乳		三元豚ロースカツ丼 865 Kcal 卵 小麦乳	
19	金	味噌煮込みミートボール 693 Kcal 小麦乳 卵		イタリアンハンバーグ 710 Kcal 卵 小麦乳		鶏肉ネギ塩丼 705 Kcal 小麦乳		三元豚ロースカツ丼 865 Kcal 卵 小麦乳	
20	土	千キンソテーバジルオイル焼き 677 Kcal 小麦乳		イタリアンハンバーグ 710 Kcal 卵 小麦乳		帯広豚丼 733 Kcal 小麦乳		三元豚ロースカツ丼 865 Kcal 卵 小麦乳	
21	日	お休み							
22	月	千キンのチーズ焼きトマトソース 767 Kcal 小麦乳		茄子肉詰めフライ 693 Kcal 卵 小麦乳		キムチひき肉丼 633 Kcal 小麦乳	6月フェア 具沢山 白湯ラーメン ¥600		
23	火	タラのレモンペッパー焼き 611 Kcal 小麦乳		茄子肉詰めフライ 693 Kcal 卵 小麦乳		ササミチーズカツ丼 685 Kcal 小麦 卵 乳			
24	水	鶏肉のガーリックオイル 766 Kcal 小麦乳		茄子肉詰めフライ 693 Kcal 卵 小麦乳		豚丼千川風味 629 Kcal 小麦乳			
25	木	豚肉生姜焼き 617 Kcal 小麦乳		茄子肉詰めフライ 693 Kcal 卵 小麦乳		千キンカツ卵あんかけ丼 784 Kcal 卵 小麦乳			
26	金	ハンバーグ&鶏肉のBBQソース 752 Kcal 小麦乳		茄子肉詰めフライ 693 Kcal 卵 小麦乳		ビビンバ丼 761 Kcal 小麦乳			
27	土	タンダーリー千キン 722 Kcal 小麦乳		茄子肉詰めフライ 693 Kcal 卵 小麦乳		ローストポーク丼 722 Kcal 小麦乳			
28	日	お休み							
29	月	千キンサムジャン 664 Kcal 小麦乳		トンカツ御ボン酢 767 Kcal 卵 小麦乳		温玉ハンバーグ 667 Kcal 卵 小麦乳	海老天うどん・そば 546 Kcal 卵 小麦 乳 エビ (2名)		
30	火	千キンソテーカツトラ風味 627 Kcal 小麦乳		トンカツ御ボン酢 767 Kcal 卵 小麦乳		豚肉照り焼き丼 724 Kcal 小麦乳	海老天うどん・そば 546 Kcal 卵 小麦 乳 エビ (2名)		

※食材手配の都合上、変更になる場合がございます。