



10月高校食堂メニュー



日	曜日	日替わりランチ ¥580	週替わりランチ ¥500	日替わり丼 ¥500	週替わり丼 ¥450
1	水	チキンソテー トマトソース 786 kcal 小麦	ジャンボシューマイランチ 699 kcal 小麦	生姜豚丼 666 kcal 小麦	天津かに玉丼 865 kcal 卵 小麦
2	木	アジフライ 643 kcal 卵 小麦 乳	ジャンボシューマイランチ 699 kcal 小麦	山椒焼鳥丼 642 kcal 小麦	天津かに玉丼 865 kcal 卵 小麦
3	金	ギョーザと春巻き 722 kcal 小麦	ジャンボシューマイランチ 699 kcal 小麦	唐揚げ坦々ソース丼 703 kcal 卵 小麦	天津かに玉丼 865 kcal 卵 小麦
4	土	鶏肉明太子チーズ焼き 755 kcal 小麦 乳	ジャンボシューマイランチ 699 kcal 小麦	ヤンニョムチキン丼 659 kcal 小麦	天津かに玉丼 865 kcal 卵 小麦
5	日	お休み			
6	月	ハンバーグトマトソース 721 kcal 卵 小麦	チキンソテー レモンペッパー 703 kcal 小麦	チキン南蛮丼 776 kcal 卵 小麦	ササミカツ丼 865 kcal 卵 小麦
7	火	チキンカツ 732 kcal 卵 小麦	チキンソテー レモンペッパー 703 kcal 小麦	マーボー豆腐丼 788 kcal 小麦	ササミカツ丼 865 kcal 卵 小麦
8	水	チキンソテーデミソース 723 kcal 小麦	チキンソテー レモンペッパー 703 kcal 小麦	おろし豚丼 645 kcal 卵 小麦	ササミカツ丼 756 kcal 卵 小麦
9	木	カキフライ 651 kcal 卵 小麦	チキンソテー レモンペッパー 703 kcal 小麦	焼鳥塩だれ丼 632 kcal 小麦	ササミカツ丼 756 kcal 卵 小麦
10	金	豚肉中華炒め 686 kcal 小麦	チキンソテー レモンペッパー 703 kcal 小麦	唐揚げ和風ダレ丼 713 kcal 卵 小麦	ササミカツ丼 756 kcal 卵 小麦
11	土	鶏肉のポテトチーズ焼き 699 kcal 小麦	チキンソテー レモンペッパー 703 kcal 小麦	鶏天丼 812 kcal 卵 小麦	ササミカツ丼 756 kcal 卵 小麦
12	日	お休み			
13	月	スポーツの日			
14	火	ササミカツ 712 kcal 卵 小麦	目玉焼きハンバーグ 690 kcal 卵 小麦	キーマカレー 786 kcal 卵 小麦	鶏つくねあんかけ丼 674 kcal 卵 小麦
15	水	お休み			



日	曜日	日替わりランチ ¥580	週替わりランチ ¥500	日替わり丼 ¥500	週替わり丼 ¥450
16	木	お休み			
17	金	焼きギョーザと 鶏唐揚げ 723 kcal 卵 小麦	目玉焼きハンバーグ 690 kcal 卵 小麦	唐揚げネギ塩ダレ丼 693 kcal 卵 小麦	鶏つくねあんかけ丼 674 kcal 卵 小麦
18	土	鶏肉の ケイジャンソース 786 kcal 卵 小麦	目玉焼きハンバーグ 690 kcal 卵 小麦	ササミチーズカツ丼 803 kcal 卵 乳	鶏つくねあんかけ丼 674 kcal 卵 小麦
19	日	お休み			
20	月	ハンバーグデミソース 780 kcal 卵 小麦	大葉ロールカツ 769 kcal 卵 小麦	豚肉ピリ辛炒め丼 713 kcal 小麦	ポークハヤシ 730 kcal 小麦
21	火	ローストンカツ 855 kcal 卵 小麦	大葉ロールカツ 769 kcal 卵 小麦	タコライス 744 kcal 卵 乳	ポークハヤシ 730 kcal 小麦
22	水	チキンソテーの塩だれ 766 kcal 卵 小麦	大葉ロールカツ 769 kcal 卵 小麦	温玉豚丼 710 kcal 卵 小麦	ポークハヤシ 730 kcal 小麦
23	木	鯖塩焼きとエビフライ 723 kcal 卵 小麦	大葉ロールカツ 769 kcal 卵 小麦	チーズ焼鳥丼 673 kcal 卵 乳	ポークハヤシ 730 kcal 小麦
24	金	ホイコーロー 692 kcal 小麦	大葉ロールカツ 769 kcal 卵 小麦	油淋鶏丼 723 kcal 卵 小麦	ポークハヤシ 730 kcal 小麦
25	土	鶏肉の味噌ダレ焼き 771 kcal 小麦 乳	大葉ロールカツ 769 kcal 卵 小麦	照りマヨ焼鳥丼 682 kcal 小麦	ポークハヤシ 730 kcal 小麦
26	日	お休み			
27	月	ハンバーグ クリームソース 767 kcal 卵 小麦	トンカツおろしポン酢 767 kcal 小麦 卵	豚ひきキムチ 699 kcal 小麦	照り焼きチキン丼 660 kcal 小麦
28	火	豚ヒレカツ 796 kcal 小麦	トンカツおろしポン酢 767 kcal 小麦 卵	鶏肉のゴマダレ丼 683 kcal 小麦	照り焼きチキン丼 660 kcal 小麦
29	水	チキンソテーバジルソース 784 kcal 卵 小麦	トンカツおろしポン酢 767 kcal 小麦 卵	塩豚丼 655 kcal 小麦	照り焼きチキン丼 660 kcal 小麦
30	木	鯖味噌煮 657 kcal 小麦	トンカツおろしポン酢 767 kcal 小麦 卵	とろ玉焼鳥丼 665 kcal 卵 小麦	照り焼きチキン丼 660 kcal 小麦
31	金	青椒肉絲 711 kcal なし	トンカツおろしポン酢 767 kcal 小麦 卵	唐揚げ和風七味ダレ 712 kcal 卵 小麦	照り焼きチキン丼 660 kcal 小麦

※食材手配の都合上、変更になる場合がございます。