



# 週間献立表

# WEEKLY MENU



	区分	2026年1月26日(月)	2026年1月27日(火)	2026年1月28日(水)	2026年1月29日(木)	2026年1月30日(金)	2026年1月31日(土)	2026年2月1日(日)
昼食 lunch	主菜A Main dish 490円	ガーリックペッパー チキン	ハ宝菜	ポークチャップ	鶏肉のピザ焼き	青椒肉絲	親子煮	豚肉の オイスターソース炒め
		エネルギー : 356 kcal 塩分 : 2.4 g	エネルギー : 268 kcal 塩分 : 2.4 g	エネルギー : 241 kcal 塩分 : 1.1 g	エネルギー : 411 kcal 塩分 : 0.9 g	エネルギー : 475 kcal 塩分 : 3.2 g	エネルギー : 258 kcal 塩分 : 0.6 g	エネルギー : 270 kcal 塩分 : 1.6 g
	主菜B Main dish 490円	太刀魚の煮付け 山椒風煮	鯖の味噌煮	太刀魚の サクサクパン粉焼き	カレイの煮付け	白身魚の唐揚げ	鯖の塩焼き	めばるの天ぷら
		エネルギー : 285 kcal 塩分 : 2.4 g	エネルギー : 220 kcal 塩分 : 2.7 g	エネルギー : 301 kcal 塩分 : 1.5 g	エネルギー : 131 kcal 塩分 : 2.6 g	エネルギー : 202 kcal 塩分 : 3.0 g	エネルギー : 187 kcal 塩分 : 2.6 g	エネルギー : 186 kcal 塩分 : 0.4 g
夕食 dinner	丼 Bowl 500円	ピリ辛豚丼	ロコモコ丼	かしわ天丼	味噌バターコーン 豚丼	とりたま丼	ソースカツ丼	ハヤシライス
		エネルギー : 713 kcal 塩分 : 2.2 g	エネルギー : 652 kcal 塩分 : 1.5 g	エネルギー : 675 kcal 塩分 : 1.8 g	エネルギー : 584 kcal 塩分 : 2.5 g	エネルギー : 729 kcal 塩分 : 2.4 g	エネルギー : 663 kcal 塩分 : 4.2 g	エネルギー : 626 kcal 塩分 : 2.1 g
	カレー Curry 500円	カツカレー	オムレツカレー	チキンカツカレー	メンチカツカレー	ハムカツカレー	ハンバーグカレー	チキンカツカレー
		エネルギー : 802 kcal 塩分 : 3.3 g	エネルギー : 682 kcal 塩分 : 3.2 g	エネルギー : 746 kcal 塩分 : 3.3 g	エネルギー : 772 kcal 塩分 : 3.7 g	エネルギー : 732 kcal 塩分 : 3.7 g	エネルギー : 778 kcal 塩分 : 3.9 g	エネルギー : 746 kcal 塩分 : 3.3 g
麺類 Noodle	主菜A Main dish 490円	肉豆腐	大分風とり天	タンドリーチキン	ねぎ塩豚焼き	豚キムチ	ヤンニヨムチキン	鶏肉の唐揚げ
		エネルギー : 581 kcal 塩分 : 2.1 g	エネルギー : 503 kcal 塩分 : 4.3 g	エネルギー : 460 kcal 塩分 : 2.2 g	エネルギー : 256 kcal 塩分 : 2.3 g	エネルギー : 334 kcal 塩分 : 1.8 g	エネルギー : 468 kcal 塩分 : 2.9 g	エネルギー : 429 kcal 塩分 : 1.3 g
	丼 or カレー Bowl or Curry 500円	ピリ辛豚丼	オムレツカレー	かしわ天丼	メンチカツカレー	とりたま丼	ハンバーグカレー	ハヤシライス
		エネルギー : 713 kcal 塩分 : 2.2 g	エネルギー : 682 kcal 塩分 : 3.2 g	エネルギー : 675 kcal 塩分 : 1.8 g	エネルギー : 772 kcal 塩分 : 3.7 g	エネルギー : 729 kcal 塩分 : 2.4 g	エネルギー : 778 kcal 塩分 : 3.9 g	エネルギー : 626 kcal 塩分 : 2.1 g

## 定食セットのご案内

定食（ライス+みそ汁+主菜+小鉢2種）セットは  
単品合計950円相当のところ、800円(税込)になります！  
お得に、バランス良い食事をご提供します！！  
定食は、同じ金額でライスは大盛も可能です！

(カウンターでお声がけ下さい)



### 【注文方法】

- ① カウンターで「定食A（B）」とお声がけ下さい
- ② 定食用小鉢を2個お取りください
- ③ ライスのサイズ(大・中・小)をお伝え下さい
- ④ ライス、みそ汁、主菜、小鉢2個セット完成！
- ⑤ 精算をお願いします

仕入れ状況や売れ行きの都合により、献立を変更  
することがあります 予めご了承ください



「食の喜び」の創造  
**入船**