

		1月26日 (月)	1/27 (火)	1/28 (水)	1/29 (木)	1/30 (金)
スペシャル定食	710円	鶏肉のパン粉焼き カレー風味 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 750kcal 38.4g 28.1g 2.4g 90.7g		白身魚のフリット 香味トマトソース エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 752kcal 29.5g 26.4g 3.0g 104.4g	ポークソテー 粗挽きジンジャーソース エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 682kcal 25.8g 26.2g 3.0g 89.6g	
定食A	610円	豚ニラ玉 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 718kcal 31.7g 27.0g 5.0g 91.1g	水餃子の五目あん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 610kcal 14.8g 13.2g 4.1g 112.1g	鶏肉と野菜の味噌炒め エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 680kcal 22.0g 22.5g 4.4g 101.3g	牛肉の南蛮焼き エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 751kcal 21.7g 34.3g 3.4g 97.4g	いわし梅しそフライと 栗かぼちゃコロッケ エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 716kcal 26.9g 16.7g 3.4g 118.6g
コバトン健康メニュー	670円		豚レバーとブロッコリーの ネギ胡麻炒め エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 635kcal 27.9g 30.2g 2.8g 66.5g			豚と白菜の生姜炒め エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 522kcal 25.1g 19.5g 2.9g 64.7g
カレー	510円	¥690 ポークカレー (620kcal 12.3g 15.2g 2.3g) / セットサラダ 130円				
		スペシャルカレー	有名店コラボカレー	スペシャルカレー	スペシャルカレー	スペシャルカレー
	630円	カツカレー *福神漬を含んだ栄養素です エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 826kcal 16.2g 25.1g 4.5g 128.9g	潜水艦せきりゅう 野菜カレー エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 666kcal 19.7g 20.9g 2.9g 102.5g	カツカレー *福神漬を含んだ栄養素です エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 826kcal 16.2g 25.1g 4.5g 128.9g	カツカレー *福神漬を含んだ栄養素です エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 826kcal 16.2g 25.1g 4.5g 128.9g	カツカレー *福神漬を含んだ栄養素です エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 826kcal 16.2g 25.1g 4.5g 128.9g
丼	500円	おすすめ日替わり丼	おすすめ日替わり丼	おすすめ日替わり丼	おすすめ日替わり丼	おすすめ日替わり丼
		*毎日日替わりのお楽しみメニューです。丼ぶりの内容はサンプルを御覧ください。 *ライス大量サービス、味噌汁の提供はございませんので御了承ください。				
そば・うどん	480円	かけそば・うどん (341kcal 12.3g 1.8g 4.4g) / トッピング100円 (きつね・わかめ・山菜・丸天・ちくわ天・温玉・コロッケ)				
		スペシャルうどん・そば				
	580円	鶏南蛮そば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 591kcal 30.8g 18.5g 7.4g 74.0g	鶏南蛮そば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 591kcal 30.8g 18.5g 7.4g 74.0g	鶏南蛮そば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 591kcal 30.8g 18.5g 7.4g 74.0g	鶏南蛮そば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 591kcal 30.8g 18.5g 7.4g 74.0g	鶏南蛮そば・うどん エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 591kcal 30.8g 18.5g 7.4g 74.0g
中華麺	580円	¥690 醤油ラーメン (503kcal 20.0g 10.0g 8.2g)				
		スペシャルラーメン	スペシャルラーメン	スペシャルラーメン	有名店コラボラーメン	スペシャルラーメン
	630円	チャーシュー麺 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 509kcal 24.4g 13.6g 8.6g 78.5g	五目あんかけ味噌ラーメン エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 630kcal 28.1g 17.2g 10.2g 88.2g	とんこつラーメン エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 460kcal 18.4g 10.6g 8.6g 79.3g	【あじさい監修】 函館塩ラーメン エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 732kcal 29.2g 29.5g 10.0g 79.2g	担々麺 エネルギー たんぱく質 脂質 食塩相当量 炭水化物 694kcal 27.8g 31.3g 8.1g 85.4g
小鉢		冷奴100円・納豆100円・小松菜のお浸し100円・小松菜の胡麻和え100円・いなり130円・おにぎり130円・ヨーグルト100～160円				
	150円	さつま芋のはちみつバター風味	切干大根のきんぴら	いんげんの胡麻おかか和え	厚揚げとキャベツの味噌炒め	キャベツとハムのコンソメソテー
デザート	140円					
弁当	630円	豚ニラ玉弁当	水餃子の五目あん弁当	鶏肉と野菜の味噌炒め弁当	牛肉の南蛮焼き弁当	いわし梅しそフライ弁当

*配達の日当も味噌汁付きです。

食材の納品の都合により、メニューは変更になることもございます

*弁当は配達料金として40円追加で頂いております。