

|                |      |                                                                                   |                |             |               |               |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
|----------------|------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------|---------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------|---------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------|---------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------|---------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------------|---------------|----------------|--|--|--|--|--|
|                |      | 8月24日（月）                                                                          |                |             |               |               | 8/25（火）                                                                             |                |             |               |                | 8/26（水）                                                                             |                |             |               |                | 8/27（木）                                                                             |                |             |               |                | 8/28（金）                                                                             |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
| スペシャル<br>定食    | 710円 | ポークソテー<br>おろしソース                                                                  |                |             |               |               |  |                |             |               |                | 黒毛和牛メンチカツ                                                                           |                |             |               |                | 匠のオムライス<br>ハヤシソース                                                                   |                |             |               |                |  |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
|                |      | エネルギー<br>689kcal                                                                  | たんぱく質<br>28.5g | 脂質<br>23.8g | 食塩相当量<br>4.6g | 炭水化物<br>94.2g | エネルギー<br>862kcal                                                                    | たんぱく質<br>15.8g | 脂質<br>40.3g | 食塩相当量<br>3.9g | 炭水化物<br>112.7g | エネルギー<br>634kcal                                                                    | たんぱく質<br>13.2g | 脂質<br>17.7g | 食塩相当量<br>5.6g | 炭水化物<br>106.6g | エネルギー<br>672kcal                                                                    | たんぱく質<br>22.4g | 脂質<br>17.7g | 食塩相当量<br>3.4g | 炭水化物<br>108.7g |                                                                                     |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
| 定食A            | 610円 | 豚塩カルビ焼肉                                                                           |                |             |               |               | レバニラ炒め                                                                              |                |             |               |                | 明太子ときのこの<br>クリームパスタ                                                                 |                |             |               |                | 海老と玉子と春雨の<br>中華炒め                                                                   |                |             |               |                | キャベツメンチカツと<br>ササミしそ巻きフライ                                                            |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
|                |      | エネルギー<br>625kcal                                                                  | たんぱく質<br>17.7g | 脂質<br>24.2g | 食塩相当量<br>3.8g | 炭水化物<br>90.1g | エネルギー<br>577kcal                                                                    | たんぱく質<br>22.5g | 脂質<br>12.3g | 食塩相当量<br>3.7g | 炭水化物<br>98.3g  | エネルギー<br>590kcal                                                                    | たんぱく質<br>24.7g | 脂質<br>14.7g | 食塩相当量<br>6.0g | 炭水化物<br>95.7g  | エネルギー<br>650kcal                                                                    | たんぱく質<br>21.4g | 脂質<br>16.9g | 食塩相当量<br>3.1g | 炭水化物<br>108.2g | エネルギー<br>672kcal                                                                    | たんぱく質<br>22.4g | 脂質<br>17.7g | 食塩相当量<br>3.4g | 炭水化物<br>108.7g |  |  |  |  |  |
| コバトン<br>健康メニュー | 670円 |  |                |             |               |               | 鶏ささみの焼きマヨカツ                                                                         |                |             |               |                |  |                |             |               |                |  |                |             |               |                | 豚しゃぶと野菜の<br>レモンソース                                                                  |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
|                |      | エネルギー<br>523kcal                                                                  | たんぱく質<br>24.3g | 脂質<br>11.5g | 食塩相当量<br>2.9g | 炭水化物<br>80.5g | エネルギー<br>510kcal                                                                    | たんぱく質<br>21.5g | 脂質<br>16.2g | 食塩相当量<br>2.9g | 炭水化物<br>60.3g  |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
| 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<br>*福神漬を含んだ栄養素です                                                            |                |             |               |               | 潜水艦せきりゅう<br>野菜カレー                                                                   |                |             |               |                | カツカレー<br>*福神漬を含んだ栄養素です                                                              |                |             |               |                | カツカレー<br>*福神漬を含んだ栄養素です                                                              |                |             |               |                | カツカレー<br>*福神漬を含んだ栄養素です                                                              |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
| 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。<br>*ライス大盛サービス、味噌汁の提供はございませんので御了承ください。      |                |             |               |               |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
| そば・<br>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・コロツケ）         |                |             |               |               |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
|                | 580円 | スペシャルうどん・そば                                                                       |                |             |               |               |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
|                |      | イカ天ぷらそば・うどん                                                                       |                |             |               |               | イカ天ぷらそば・うどん                                                                         |                |             |               |                | イカ天ぷらそば・うどん                                                                         |                |             |               |                | イカ天ぷらそば・うどん                                                                         |                |             |               |                | イカ天ぷらそば・うどん                                                                         |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
| 中華麺            | 580円 | 醤油ラーメン (503kcal 20.0g 10.0g 8.2g)                                                 |                |             |               |               |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
|                | 630円 | 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                                                                           |                |             |               |                | スペシャルラーメン                                                                           |                |             |               |                | スペシャルラーメン                                                                           |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
|                |      | 高菜とんこつラーメン                                                                        |                |             |               |               | 塩コーンわかめラーメン                                                                         |                |             |               |                | 高菜と挽肉の冷やし中華                                                                         |                |             |               |                | 野菜たっぷり<br>あごだしラーメン                                                                  |                |             |               |                | 味噌ラーメン                                                                              |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
| 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 | かぼちゃとナッツのサラダ                                                                      |                |             |               |               | 厚揚げの卵あんかけ                                                                           |                |             |               |                | じゃがいものカレー炒め                                                                         |                |             |               |                | 木の実和え                                                                               |                |             |               |                | ナスとおくらの揚げ出し                                                                         |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
| デザート           | 140円 |                                                                                   |                |             |               |               |                                                                                     |                |             |               |                | 手作りプリン                                                                              |                |             |               |                |                                                                                     |                |             |               |                | 手作りプリン                                                                              |                |             |               |                |  |  |  |  |  |
| 弁当             | 630円 | 豚塩カルビ焼肉弁当                                                                         |                |             |               |               | レバニラ炒め弁当                                                                            |                |             |               |                | 明太子ときのこの<br>クリームパスタ弁当                                                               |                |             |               |                | 海老と玉子と春雨の<br>中華炒め弁当                                                                 |                |             |               |                | キャベツメンチカツ弁当                                                                         |                |             |               |                |  |  |  |  |  |

\*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。

お弁当のご注文は、当日10時までにお電話でお願いいたします。 内線2494 又は 048-824-6291 （9時30以降は、048-824-6291へおかけ下さい。）



第二職員食堂