

WEEKLY MENU

尾西工場食堂

4月22日 ~ 4月26日



	4月22日(月)	4月23日(火)	4月24日(水)	4月25日(木)	4月26日(金)
野菜 しっかり	豚しゃぶサラダ	三元豚の和風カツ おろし添え	鶏天のり塩味	野菜炒め 肉みそかけ	3種のシーフードフライ タルタルソース
230 / 370	エネルギー 281 たんぱく質 16.0 脂質 16.0 炭水化物 16.4 食塩相当量 1.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 312 たんぱく質 14.2 脂質 15.1 炭水化物 28.9 食塩相当量 2.1 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 272 たんぱく質 24.5 脂質 11.3 炭水化物 17.9 食塩相当量 2.0 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 282 たんぱく質 14.9 脂質 11.4 炭水化物 31.0 食塩相当量 2.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 382 たんぱく質 14.7 脂質 19.2 炭水化物 38.5 食塩相当量 1.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
たんぱく質 しっかり	チキン唐揚げ	厚揚げ 豚もやし炒め	さばの煮付け	親子カツとじ	鶏肉の パン粉焼き
210 / 340	エネルギー 436 たんぱく質 22.8 脂質 28.0 炭水化物 19.8 食塩相当量 1.3 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 306 たんぱく質 20.1 脂質 21.6 炭水化物 7.1 食塩相当量 1.5 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 494 たんぱく質 26.8 脂質 39.5 炭水化物 10.6 食塩相当量 3.0 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 342 たんぱく質 22.6 脂質 19.8 炭水化物 15.3 食塩相当量 2.4 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 296 たんぱく質 20.3 脂質 15.9 炭水化物 16.3 食塩相当量 1.4 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
スペシャル	豆腐ハンバーグ 照焼きソース 310 / 500	チキンと春野菜のグリル 360 / 580	豚ロースの山賊焼き 360 / 580	まぐろステーキ 和風だれ 310 / 500	北海道産たまご茸出汁の皿うどん 310 / 500
260 / 420	エネルギー 346 たんぱく質 16.5 脂質 18.4 炭水化物 29.4 食塩相当量 3.0 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 399 たんぱく質 27.6 脂質 22.4 炭水化物 19.2 食塩相当量 1.8 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 415 たんぱく質 25.7 脂質 23.6 炭水化物 21.8 食塩相当量 2.2 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 188 たんぱく質 23.0 脂質 2.8 炭水化物 16.5 食塩相当量 2.0 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 521 たんぱく質 21.2 脂質 22.5 炭水化物 58.6 食塩相当量 3.0 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
どんぶり	牛バラねぎ塩チャーハン 310 / 500	刻み穴子の三色丼 360 / 580	レタス炒飯 260 / 420	タンドリーチキンのセピラフ 260 / 420	豚肉の生姜焼き丼 260 / 420
260 / 420	エネルギー 642 たんぱく質 18.6 脂質 27.2 炭水化物 74.6 食塩相当量 2.0 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 467 たんぱく質 17.4 脂質 5.1 炭水化物 84.4 食塩相当量 4.8 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 598 たんぱく質 22.9 脂質 20.4 炭水化物 75.0 食塩相当量 5.7 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 502 たんぱく質 26.0 脂質 7.4 炭水化物 78.3 食塩相当量 2.3 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 598 たんぱく質 21.9 脂質 16.7 炭水化物 85.4 食塩相当量 1.6 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
カレー	カレーライス 白身フライ	カレーライス コロッケ	カレーライス チキンカツ	カレーライス ハンバーグ	カレーライス チーズオムレツ
100 / 160	エネルギー 746 たんぱく質 22.5 脂質 14.9 炭水化物 126.1 食塩相当量 4.1 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 780 たんぱく質 18.7 脂質 17.6 炭水化物 133.3 食塩相当量 4.3 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 762 たんぱく質 22.4 脂質 18.0 炭水化物 122.7 食塩相当量 4.2 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 776 たんぱく質 23.9 脂質 18.4 炭水化物 124.6 食塩相当量 4.7 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 686 たんぱく質 18.6 脂質 13.2 炭水化物 119.1 食塩相当量 4.0 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
サイド	海老カツ	春巻と焼売	桜エビ入りクリームコロッケ	竹輪天(塩&カレー)	カレー野菜コロッケ
100 / 160	エネルギー 127 たんぱく質 6.4 脂質 5.1 炭水化物 13.5 食塩相当量 0.8 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 241 たんぱく質 6.5 脂質 13.9 炭水化物 22.1 食塩相当量 1.0 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 147 たんぱく質 2.6 脂質 9.1 炭水化物 13.2 食塩相当量 0.5 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 215 たんぱく質 7.5 脂質 9.8 炭水化物 23.8 食塩相当量 1.5 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 134 たんぱく質 2.0 脂質 6.3 炭水化物 17.2 食塩相当量 0.6 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
小鉢	野菜のカレーポトフ	野菜とソーセージ炒め	筑前煮	揚げじゃがツナポンかけ	五目炒め
50 / 80	エネルギー 131 たんぱく質 3.7 脂質 3.1 炭水化物 23.0 食塩相当量 1.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 94 たんぱく質 2.9 脂質 5.6 炭水化物 8.5 食塩相当量 1.2 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 117 たんぱく質 6.2 脂質 3.2 炭水化物 16.0 食塩相当量 1.2 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 121 たんぱく質 3.9 脂質 4.9 炭水化物 15.6 食塩相当量 0.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 87 たんぱく質 5.3 脂質 5.0 炭水化物 6.8 食塩相当量 1.0 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
デザート	小松菜と揚げ煮	大根の煮物	青切昆布煮	金平れんこん	煮豆
160 / 250	エネルギー 31 たんぱく質 1.9 脂質 0.8 炭水化物 4.7 食塩相当量 0.7 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 40 たんぱく質 1.1 脂質 0.1 炭水化物 9.2 食塩相当量 1.1 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 40 たんぱく質 1.6 脂質 0.7 炭水化物 8.3 食塩相当量 1.7 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 70 たんぱく質 1.3 脂質 1.7 炭水化物 13.0 食塩相当量 0.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 115 たんぱく質 9.7 脂質 5.1 炭水化物 8.8 食塩相当量 1.1 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
ミニサラダ	グリーンサラダ (コーン)	グリーンサラダ (オクラ)	グリーンサラダ (海藻)	マカロニサラダ	グリーンサラダ (玉子)
50 / 80	エネルギー 101 たんぱく質 0.9 脂質 9.3 炭水化物 4.0 食塩相当量 0.2 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 96 たんぱく質 0.9 脂質 9.2 炭水化物 3.0 食塩相当量 0.2 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 93 たんぱく質 0.8 脂質 9.2 炭水化物 2.7 食塩相当量 0.5 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 152 たんぱく質 3.2 脂質 7.9 炭水化物 17.1 食塩相当量 0.4 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 136 たんぱく質 4.2 脂質 12.2 炭水化物 2.2 食塩相当量 0.3 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
サラダ	ポテマカサラダ	根菜サラダ	エッグスパサラダ	明太スパサラダ	切干大根とひじきのサラダ
160 / 250	エネルギー 204 たんぱく質 3.9 脂質 11.7 炭水化物 21.1 食塩相当量 0.5 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 195 たんぱく質 1.6 脂質 16.9 炭水化物 10.0 食塩相当量 0.7 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 294 たんぱく質 8.2 脂質 21.0 炭水化物 17.9 食塩相当量 0.8 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 240 たんぱく質 4.3 脂質 17.1 炭水化物 17.5 食塩相当量 0.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 194 たんぱく質 2.6 脂質 17.6 炭水化物 8.3 食塩相当量 1.0 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
和麺	関西風和麺	関西風和麺	関西風和麺	関西風和麺	関西風和麺
160 / 250	エネルギー 394 たんぱく質 13.3 脂質 5.2 炭水化物 73.9 食塩相当量 5.3 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 394 たんぱく質 13.3 脂質 5.2 炭水化物 73.9 食塩相当量 5.3 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 394 たんぱく質 13.3 脂質 5.2 炭水化物 73.9 食塩相当量 5.3 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 394 たんぱく質 13.3 脂質 5.2 炭水化物 73.9 食塩相当量 5.3 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 394 たんぱく質 13.3 脂質 5.2 炭水化物 73.9 食塩相当量 5.3 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
中華麺	塩ラーメン	醤油ラーメン	味噌ラーメン	塩ラーメン	醤油ラーメン
160 / 250	エネルギー 344 たんぱく質 12.3 脂質 6.3 炭水化物 60.8 食塩相当量 8.0 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 344 たんぱく質 12.8 脂質 6.0 炭水化物 60.5 食塩相当量 6.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 368 たんぱく質 13.6 脂質 6.7 炭水化物 64.0 食塩相当量 5.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 344 たんぱく質 12.3 脂質 6.3 炭水化物 60.8 食塩相当量 8.0 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 344 たんぱく質 12.8 脂質 6.0 炭水化物 60.5 食塩相当量 6.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
特製麺	濃厚黒とんこつラーメン 310 / 500	いか天八丁味噌しめん 310 / 500	ピカイチ監修 麻婆麺 360 / 580	ピリ辛肉うどん 温玉のせ 260 / 420	旭川塩ラーメン 260 / 420
50 / 80	エネルギー 563 たんぱく質 30.2 脂質 20.4 炭水化物 65.5 食塩相当量 4.4 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 534 たんぱく質 17.2 脂質 16.7 炭水化物 77.8 食塩相当量 4.1 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 652 たんぱく質 28.9 脂質 26.9 炭水化物 72.5 食塩相当量 7.3 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 503 たんぱく質 23.8 脂質 15.8 炭水化物 64.3 食塩相当量 5.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 387 たんぱく質 14.3 脂質 8.4 炭水化物 64.3 食塩相当量 6.2 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ
おにぎり	おにぎり(わかめ) 50 / 80	稲荷寿司 100 / 160	おにぎり(かりかり梅) 50 / 80	おにぎり(昆布) 50 / 80	天むす 1個 50 / 80
160 / 250	エネルギー 190 たんぱく質 3.4 脂質 0.5 炭水化物 41.1 食塩相当量 1.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 220 たんぱく質 5.2 脂質 3.6 炭水化物 40.3 食塩相当量 1.1 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 181 たんぱく質 3.1 脂質 0.5 炭水化物 39.2 食塩相当量 0.5 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 189 たんぱく質 3.9 脂質 0.5 炭水化物 40.7 食塩相当量 0.9 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ	エネルギー 172 たんぱく質 3.4 脂質 2.3 炭水化物 32.9 食塩相当量 1.2 卵 乳類 小麦 そば 落花生 海老 カニ

※野菜たっぷり・たんぱく質しっかりメニューの栄養価・価格には御飯は含まれておりません。

社員価格 / 一般価格

※食材の都合によりメニューの変更をさせて頂く場合がございます。ご了承ください。