



WEEKLY MENU

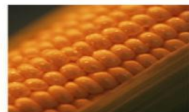


2019	7月1日 (月)	7月2日 (火)	7月3日 (水)	7月4日 (木)	7月5日 (金)
Aセット (ライス・味噌汁付)	ジャンボ鰯フライ	鶏肉の胡麻味噌 照り焼き	牛肉ジューシーフライ	カレーの煮付け	月見ハンバーグ
¥420	I単位 - 1 968kcal 31.6g 38.5g 2.9g	I単位 - 1 810kcal 37.2g 27.9g 3.4g	I単位 - 1 888kcal 27.5g 33.5g 3.1g	I単位 - 1 518kcal 28.3g 3.5g 4.0g	I単位 - 1 929kcal 30.4g 36.3g 3.9g
Bセット (味噌汁付)	葱チャーシュー丼	三色丼	豚肉の卵とじ丼	鶏唐マヨ丼	プルコギ丼
¥360	I単位 - 1 617kcal 14.2g 15.5g 2.8g	I単位 - 1 683kcal 22.0g 10.3g 2.4g	I単位 - 1 804kcal 10.2g 23.0g 4.3g	I単位 - 1 858kcal 34.9g 32.7g 2.8g	I単位 - 1 777kcal 23.7g 27.1g 2.8g

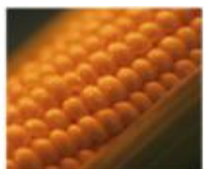
* 価格は消費税込です。

常設メニュー (週替わり) 夏限定	カレーライス	¥290	I単位 - 1 : 596kcal	蛋白質 : 11.4g	脂質 : 10.5g	塩分 : 3.6g
	カツカレー	¥370	I単位 - 1 : 832kcal	蛋白質 : 19.3g	脂質 : 23.6g	塩分 : 3.6g
	醤油ラーメン	¥210	I単位 - 1 : 442kcal	蛋白質 : 17.6g	脂質 : 6.6g	塩分 : 7.5g
	冷やしカレーうどん	¥300	I単位 - 1 : 422kcal	蛋白質 : 11.3g	脂質 : 6.4g	塩分 : 5.6g
	冷やしカレーそば	¥300	I単位 - 1 : 417kcal	蛋白質 : 14.3g	脂質 : 6.7g	塩分 : 5.6g
	冷やしうどん	¥200	I単位 - 1 : 375kcal	蛋白質 : 9.8g	脂質 : 1.8g	塩分 : 4.6g
	冷やしそば	¥200	I単位 - 1 : 329kcal	蛋白質 : 11.7g	脂質 : 1.8g	塩分 : 4.5g
	ライス	¥100	I単位 - 1 : 386kcal	蛋白質 : 5.8g	脂質 : 0.7g	塩分 : 0.0g

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。 西洋フード・コンパスグループ株式会社



great people
great service
great results



WEEKLY MENU

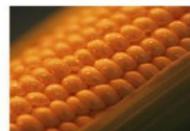


2019	7月8日 (月)	7月9日 (火)	7月10日 (水)	7月11日 (木)	7月12日 (金)
Aセット (ライス・味噌汁付)	油淋鶏 鶏唐揚げ香味ソース	白身魚のフリット ジンジャーソース	ポークチャップ	白身魚の 明太子マヨネーズ焼き	ミラノ風 豚肉のカツレツ
¥420	I単位 - 蛋白質 脂質 塩分 856kcal 38.1 g 32.6 g 4.6 g	I単位 - 蛋白質 脂質 塩分 615kcal 20.9 g 12.3 g 3.4 g	I単位 - 蛋白質 脂質 塩分 751kcal 29.1 g 21.2 g 3.5 g	I単位 - 蛋白質 脂質 塩分 739kcal 26.9 g 25.6 g 3.8 g	I単位 - 蛋白質 脂質 塩分 878kcal 33.4 g 31.1 g 3.5 g
Bセット (味噌汁付)	豚塩カルビ丼	照焼チキン丼	天津飯	味噌カツ丼	蒸し鶏と白菜キムチ丼
¥360	I単位 - 蛋白質 脂質 塩分 845kcal 23.2 g 37.7 g 4.7 g	I単位 - 蛋白質 脂質 塩分 699kcal 23.6 g 17.7 g 2.8 g	I単位 - 蛋白質 脂質 塩分 645kcal 18.9 g 12.2 g 4.3 g	I単位 - 蛋白質 脂質 塩分 760kcal 20.0 g 20.9 g 4.3 g	I単位 - 蛋白質 脂質 塩分 549kcal 20.8 g 5.3 g 5.2 g

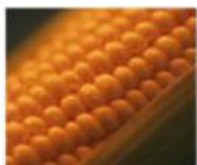
*価格は消費税込です。

常設メニュー (週替わり) 夏限定	カレーライス	¥290	I単位 - : 596kcal	蛋白質 : 11.4 g	脂質 : 10.5 g	塩分 : 3.6 g
	カツカレー	¥370	I単位 - : 832kcal	蛋白質 : 19.3 g	脂質 : 23.6 g	塩分 : 3.6 g
	とんこつラーメン	¥210	I単位 - : 481kcal	蛋白質 : 20.6 g	脂質 : 8.2 g	塩分 : 8.1 g
	冷やしカレーうどん	¥300	I単位 - : 422kcal	蛋白質 : 11.3 g	脂質 : 6.4 g	塩分 : 5.6 g
	冷やしカレーそば	¥300	I単位 - : 417kcal	蛋白質 : 14.3 g	脂質 : 6.7 g	塩分 : 5.6 g
	冷やしうどん	¥200	I単位 - : 375kcal	蛋白質 : 9.8 g	脂質 : 1.8 g	塩分 : 4.6 g
	冷やしそば	¥200	I単位 - : 329kcal	蛋白質 : 11.7 g	脂質 : 1.8 g	塩分 : 4.5 g
	ライス	¥100	I単位 - : 386kcal	蛋白質 : 5.8 g	脂質 : 0.7 g	塩分 : 0.0 g

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。 西洋フード・コンパスグループ株式会社



great people
great service
great results



WEEKLY MENU



2019	7月15日 (月)	7月16日 (火)	7月17日 (水)	7月18日 (木)	7月19日 (金)
Aセット (ライス・味噌汁付) ¥420		牛肉の南蛮焼き	鯖の味噌煮	黒酢の酢豚	グリル平メンチカツ
		I補† - 蛋白質 脂質 塩分 743kcal 19.5 g 27.7 g 3.9 g	I補† - 蛋白質 脂質 塩分 779kcal 26.8 g 28.7 g 3.9 g	I補† - 蛋白質 脂質 塩分 876kcal 25.2 g 27.4 g 4.2 g	I補† - 蛋白質 脂質 塩分 858kcal 25.3 g 32.0 g 4.1 g
Bセット (味噌汁付) ¥360		鶏の竜田揚げ丼	タコライス	チキンソースかつ丼	豚肉の生姜焼き丼
		I補† - 蛋白質 脂質 塩分 775kcal 30.0 g 24.2 g 4.0 g	I補† - 蛋白質 脂質 塩分 633kcal 18.9 g 14.6 g 2.8 g	I補† - 蛋白質 脂質 塩分 731kcal 18.4 g 15.2 g 4.5 g	I補† - 蛋白質 脂質 塩分 815kcal 10.2 g 32.2 g 3.1 g

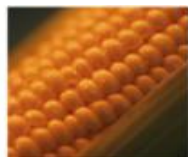
*価格は消費税込です。

常設メニュー 	カレーライス	¥290	I補† - : 669kcal	蛋白質 : 12.2 g	脂質 : 16.7 g	塩分 : 2.5 g
	カツカレー	¥370	I補† - : 923kcal	蛋白質 : 21.1 g	脂質 : 33.9 g	塩分 : 2.9 g
	味噌ラーメン	¥210	I補† - : 535kcal	蛋白質 : 20.4 g	脂質 : 12.1 g	塩分 : 9.5 g
	冷やしカレーうどん	¥300	I補† - : 422kcal	蛋白質 : 11.3 g	脂質 : 6.4 g	塩分 : 5.6 g
	冷やしカレーそば	¥300	I補† - : 417kcal	蛋白質 : 14.3 g	脂質 : 6.7 g	塩分 : 5.6 g
	冷やしうどん	¥200	I補† - : 375kcal	蛋白質 : 9.8 g	脂質 : 1.8 g	塩分 : 4.6 g
	冷やしそば	¥200	I補† - : 329kcal	蛋白質 : 11.7 g	脂質 : 1.8 g	塩分 : 4.5 g
	ライス	¥100	I補† - : 386kcal	蛋白質 : 5.8 g	脂質 : 0.7 g	塩分 : 0.0 g

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。 西洋フード・コンパスグループ株式会社



great people
great service
great results



WEEKLY MENU

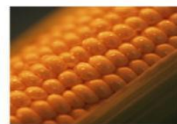


2019	7月22日 (月)	7月23日 (火)	7月24日 (水)	7月25日 (木)	7月26日 (金)
Aセット (ライス・味噌汁付)	ヒレカツ	チャプチェ	海老カツ	チキン南蛮	月見メンチカツ
¥420	I補† - 712kcal 蛋白質 25.6 g 脂質 19.0 g 塩分 2.4 g	I補† - 868kcal 蛋白質 16.6 g 脂質 21.7 g 塩分 5.1 g	I補† - 546kcal 蛋白質 13.8 g 脂質 10.6 g 塩分 2.4 g	I補† - 873kcal 蛋白質 34.8 g 脂質 33.9 g 塩分 3.4 g	I補† - 981kcal 蛋白質 27.9 g 脂質 43.6 g 塩分 3.3 g
Bセット (味噌汁付)	しらす丼	鶏天丼	ロコモコハンバーグ 目玉焼き添え	豚肉の辛味炒め 麦とろ丼	親子丼
¥360	I補† - 574kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 10.2 g 塩分 5.2 g	I補† - 881kcal 蛋白質 36.6 g 脂質 28.9 g 塩分 4.2 g	I補† - 740kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 24.7 g 塩分 3.2 g	I補† - 587kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 13.6 g 塩分 2.4 g	I補† - 783kcal 蛋白質 32.7 g 脂質 21.2 g 塩分 4.4 g

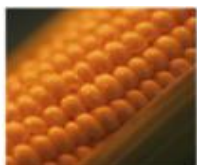
*価格は消費税込です。

常設メニュー (週替わり) 夏限定	カレーライス	¥290	I補† - : 669kcal	蛋白質 : 12.2 g	脂質 : 16.7 g	塩分 : 2.5 g
	カツカレー	¥360	I補† - : 923kcal	蛋白質 : 21.1 g	脂質 : 33.9 g	塩分 : 2.9 g
	醤油ラーメン	¥210	I補† - : 442kcal	蛋白質 : 17.6 g	脂質 : 6.6 g	塩分 : 7.5 g
	冷やしカレーうどん	¥300	I補† - : 422kcal	蛋白質 : 11.3 g	脂質 : 6.4 g	塩分 : 5.6 g
	冷やしカレーそば	¥300	I補† - : 417kcal	蛋白質 : 14.3 g	脂質 : 6.4 g	塩分 : 5.6 g
	冷やしうどん	¥200	I補† - : 375kcal	蛋白質 : 9.8 g	脂質 : 1.8 g	塩分 : 4.6 g
	冷やしそば	¥200	I補† - : 329kcal	蛋白質 : 11.7 g	脂質 : 1.8 g	塩分 : 4.5 g
	ライス	¥100	I補† - : 386kcal	蛋白質 : 5.8 g	脂質 : 0.7 g	塩分 : 0.0 g

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。 西洋フード・コンパスグループ株式会社



great people
great service
great results



WEEKLY MENU



2019	7月29日 (月)	7月30日 (火)	7月31日 (水)
Aセット (ライス・味噌汁付)	ハンバーグステーキ デミグラスソース	やわらか照り煮チキン	シーフード ミックスフライ
¥420	I補† - 蛋白質 脂質 塩分 830kcal 23.6g 29.5g 3.6g	I補† - 蛋白質 脂質 塩分 658kcal 28.0g 18.2g 3.0g	I補† - 蛋白質 脂質 塩分 914kcal 21.5g 37.7g 3.8g
Bセット (味噌汁付)	いか天丼	豚キムチ丼	麻婆豆腐飯
¥360	I補† - 蛋白質 脂質 塩分 681kcal 23.3g 13.1g 3.7g	I補† - 蛋白質 脂質 塩分 668kcal 21.7g 15.4g 4.7g	I補† - 蛋白質 脂質 塩分 691kcal 24.3g 16.0g 5.2g

夏



*価格は消費税込です。

常設メニュー	カレーライス	¥290	I補† - : 669kcal	蛋白質 : 12.2g	脂質 : 16.7g	塩分 : 2.5g
	カツカレー	¥370	I補† - : 923kcal	蛋白質 : 21.1g	脂質 : 33.9g	塩分 : 2.9g
	とんこつラーメン	¥210	I補† - : 481kcal	蛋白質 : 20.6g	脂質 : 8.2g	塩分 : 8.1g
	冷やしカレーうどん	¥300	I補† - : 422kcal	蛋白質 : 11.3g	脂質 : 6.4g	塩分 : 5.6g
	冷やしカレーそば	¥300	I補† - : 417kcal	蛋白質 : 14.3g	脂質 : 6.7g	塩分 : 5.6g
	冷やしうどん	¥200	I補† - : 375kcal	蛋白質 : 9.8g	脂質 : 1.8g	塩分 : 4.6g
	冷やしそば	¥200	I補† - : 329kcal	蛋白質 : 11.7g	脂質 : 1.8g	塩分 : 4.5g
	ライス	¥100	I補† - : 386kcal	蛋白質 : 5.8g	脂質 : 0.7g	塩分 : 0.0g

(週替わり)
夏限定

いつもご利用いただきましてありがとうございます。材料の都合により一部変更になる場合がございます。 西洋フード・コンパスグループ株式会社



great people
great service
great results