

12/23 THU

GAKUSYOKU premium lunch

楽食プレミアムランチ



エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
802	17.9	47	58.2	1.8

クリスマス フライドチキン



700(税込)円

*写真・イラストはすべてイメージです

当日は唐揚げ定食・AUTランチ・日替り丼をお休みさせていただきます

Lunch Menu



12

December

毎日提供

鶏の唐揚げ定食

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
839 kcal	36.5g	29.3g	95.4g	3.5g

カレーライス

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
492 kcal	9.6g	10.0g	87.6g	2.5g

AUTランチ

	MON	TUE	WED	THU	FRI
	11/29	30	1	2	3
日替ランチ	手羽先風から揚げ	回鍋肉	豚肉の利休焼き	鯖の醤油麹漬け焼き	揚鱈の甘辛こしょうだれ
日替丼	中華飯	ジャンバラヤ	鶏肉のテリたま丼	豚丼	スタミナ丼
日替麺	水餃子ラーメン	海老天ぷらそば	山菜うどん	味噌煮込みうどん	ベジポタラーメン
	6	7	8	9	10
日替ランチ	鶏肉の粕漬焼き	赤魚の唐揚げ	チキン南蛮	肉じゃが	シーフードフライ
日替丼	ジャージャー丼	鶏の照りマヨ丼	焼肉丼	チキンオーバーライス	スタミナ豚丼
日替麺	豚汁うどん	柚子香る清湯豚骨ラーメン	醤油ラーメン	豚骨醤油ラーメン	ニンニク辛味噌ラーメン
	13	14	15	16	17
日替ランチ	ハンバーグおろしポン酢ソース	鯖の味噌煮	チキンのハニーマスタード焼き	コロッケ&エビカツ	鱈の甘酢ネギソース
日替丼	中華飯	オムそば飯	タレカツ丼	五目炒飯	ピリ辛タッカルビ丼
日替麺	塩ラーメン	鴨南蛮うどん	海老天ぷらそば	三河味噌の豚ホル炒めラーメン	カレーラーメン
	20	21	22	23	24
日替ランチ	串カツ&ハムポテト	タンドリーチキン	ポークステーキ和風おろしソース	チキンクリームシチュー	Holiday
日替丼	親子丼	ビビンバ丼	のり弁風丼	Pause 鶏の唐揚げ定食・AUTランチもお休みです	
日替麺	煮干しだしラーメン	卵とじうどん	味噌ラーメン	海老だし塩ラーメン	
	27	28	29	30	31
日替ランチ	Holiday	Holiday	Holiday	Holiday	Holiday
日替丼					
日替麺					

※日替りランチの栄養価はメインのみの数値です。

ご飯(普通盛200g)	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	味噌汁(参考数値)	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	286 kcal	4.8g	0.7g	62.0g	0.2g	26 kcal	2.1g	0.8g	2.4g	1.3g	