

# 立川女子高等学校 食堂 WEEKLY MENU

## 営業時間

食堂

11:30~13:30

| 販売品目            | 価格(円)   | 3月31日(月)            | 4月1日(火)             | 4月2日(水)             | 4月3日(木)             | 4月4日(金)             |
|-----------------|---|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| 日替りランチ          | 500   |                     |                     |                     |                     | 白身フライ&コロッケ          |
|                 |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |
|                 |   |                     |                     |                     |                     | 1.1g                |
| 小鉢              |   |                     |                     |                     |                     | 切り干し大根煮             |
| バラエティランチ        | 500   |                     |                     |                     |                     |                     |
|                 |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |
|                 |   |                     |                     |                     |                     |                     |
| コズミックランチ        | 300   |                     |                     |                     |                     |                     |
|                 |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |
|                 |   |                     |                     |                     |                     |                     |
| 日替り麺類<br>(小鉢付き) | 430   |                     | うどん・そば              |                     | うどん・そば              |                     |
|                 |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |
|                 |   |                     |                     |                     |                     |                     |
|                 | 500   |                     |                     |                     |                     |                     |
| カレーライス          | 400   | カレーライス (サラダ付き)      |                     |                     |                     | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |
|                 |   |                     |                     |                     |                     | 696kcal 2.4g        |
| 単品メニュー          | ★各種パン100円~★小鉢120円 ★ポテト120円 ★麺大盛120円 ★コロッケ100円 |                     |                     |                     |                     |                     |

### 備考

| メニュー表示       | 熱量(kcal) | 塩分(g) |
|--------------|----------|-------|
| ご飯1杯(200g)   | 336      | 0.0   |
| 味噌汁1杯(144cc) | 31       | 0.8   |

- 食券は当日限り有効です
- 仕入れの都合によりメニュー変更する場合がございます
- 当店で使用しているお米は国産です

# 立川女子高等学校 食堂

## WEEKLY MENU

### 営業時間

食堂

11:30~13:30

| 販売品目     | 価格(円)   | 4月7日(月)             | 4月8日(火)             | 4月9日(水)             | 4月10日(木)            | 4月11日(金)            |                     |
|----------|---|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| 日替りランチ   | 500   | 豚肉と野菜の卵炒め           | 白身魚野菜あんかけ           | 鶏肉生姜炒め              | かれいポテトサラダ焼き         | 鶏唐と野菜黒酢あんかけ         |                     |
|          |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |                     |
|          |   | ○ ○                 | ○ ○                 | ○ ○                 | ○ ○ ○               | ○ ○                 |                     |
|          |   | 385kcal 1.6g        | 262kcal 1.8g        | 368kcal 1.3g        | 265kcal 1.3g        | 327kcal 1.1g        |                     |
| 小鉢       |   | がんも煮                | ハムマリネ               | 煮物                  | 蒸し鶏ともやし中華和え         | 小松菜ナムル              |                     |
| バラエティランチ | 500   |                     |                     |                     |                     | トルコライス              |                     |
|          |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |                     |
|          |   |                     |                     |                     |                     | ○ ○ ○               |                     |
|          |   |                     |                     |                     |                     | 778kcal             |                     |
| コズミックランチ | 300   |                     |                     |                     |                     | ナシゴレン               |                     |
|          |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |                     |
|          |   |                     |                     |                     |                     | ○ ○                 |                     |
|          |   |                     |                     |                     |                     | 559kcal 1.8g        |                     |
| 日替り麺類    | 430   |                     |                     |                     |                     | 味噌もやしラーメン           |                     |
|          |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |                     |
|          |   |                     |                     |                     |                     | ○ ○                 |                     |
|          |   |                     |                     |                     |                     | 403kcal 6.1g        |                     |
| カレーライス   | 400   | カレーライス              |                     |                     |                     |                     | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |
|          |   |                     |                     |                     |                     |                     | ○ ○                 |
|          |   |                     |                     |                     |                     |                     | 696kcal 2.4g        |
| 単品メニュー   | ★各種パン100円～★小鉢120円 ★ポテト120円 ★麺大盛120円 ★コロッケ100円 |                     |                     |                     |                     |                     |                     |

### 備考

| メニュー表示       | 熱量(kcal) | 塩分(g) |
|--------------|----------|-------|
| ご飯1杯(200g)   | 336      | 0.0   |
| 味噌汁1杯(144cc) | 31       | 0.8   |

- ・食券は当日限り有効です
- ・仕入れの都合によりメニュー変更する場合がございます
- ・当店で使用しているお米は国産です

# 立川女子高等学校 食堂

## WEEKLY MENU

### 営業時間

食堂

11:30~13:30

| 販売品目     | 価格(円)   | 4月14日(月)            | 4月15日(火)            | 4月16日(水)            | 4月17日(木)            | 4月18日(金)            |                                     |
|----------|---|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|-------------------------------------|
| 日替りランチ   | 500   | 鶏とレンコンの味噌ザンギ        | デミたまハンバーグ           | 豚肉しめじオイスターソース炒め     | 旨わさびの塩糀唐揚げ          | ほっけフライ              |                                     |
|          |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |                                     |
|          |   | 550kcal 2.2g        | 406kcal 2.4g        | 443kcal 1.8g        | 419kcal 3.3g        | 390kcal 1.1g        |                                     |
| 小鉢       |   | ひじき煮                | サラダ                 | ほうれん草胡麻和え           | かぶのあんかけ             | 切昆布煮                |                                     |
| バラエティランチ | 500   | ソースカツどん             | 唐揚げタルタル             | 十五穀米まぜごはん           | とん平焼き               | ビビンバ丼               |                                     |
|          |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |                                     |
|          |   | 778kcal 1.3g        | 497kcal 2.2g        | 549kcal 1.5g        | 428kcal 1.8g        | 596kcal 3.8g        |                                     |
| コズミックランチ | 300   | チャーハン               | オムライス               | グラタン                | タコライス               | ナシゴレン               |                                     |
|          |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |                                     |
|          |   | 621kcal 2.8g        | 597kcal 2.9g        | 617kcal 1.8g        | 575kcal 2.0g        | 559kcal 1.8g        |                                     |
| 日替り麺類    | 430   | 醤油ラーメン              | きつね<br>うどん・そば       | パイタン麺               | ちくわ天<br>うどん・そば      | ワンタンメン              |                                     |
|          |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |                                     |
|          |   | 446kcal 6.7g        | 417kcal 6.7g        | 514kcal 5.7g        | 475kcal 6.7g        | 408kcal 7.4g        |                                     |
|          | 500   |                     |                     |                     |                     |                     |                                     |
| カレーライス   | 380   | カレーライス              |                     |                     |                     |                     | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに<br>696kcal 2.4g |
| 単品メニュー   | ★各種パン100円～★小鉢120円 ★ポテト120円 ★麺大盛120円 ★コロッケ100円 |                     |                     |                     |                     |                     |                                     |

### 備考

| メニュー表示       | 熱量(kcal) | 塩分(g) |
|--------------|----------|-------|
| ご飯1杯(200g)   | 336      | 0.0   |
| 味噌汁1杯(144cc) | 31       | 0.8   |

- ・食券は当日限り有効です
- ・仕入れの都合によりメニュー変更する場合がございます
- ・当店で使用しているお米は国産です



# 立川女子高等学校 食堂

## WEEKLY MENU

### 営業時間

食堂

11:30~13:30

| 販売品目            | 価格(円)   | 4月28日(月)            | 4月29日(火)            | 4月30日(水)            | 5月1日(木)             | 5月2日(金)             |  |
|-----------------|---|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|---------------------|--|
| 日替りランチ          | 500   | たっぷり生姜の香味唐揚げ        |                     | ハンバーグトマトソース         | チキンのディアブル風          | いかと野菜天ぷら            |  |
|                 |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |  |
|                 |   | ○ ○                 | ○ ○ ○               | ○ ○                 | ○ ○                 | ○ ○                 |  |
|                 |   | 457kcal 2.2g        |                     | 321kcal 2.4g        | 479kcal 2.8g        | 327kcal 1.4g        |  |
| 小鉢              |   | つきこん金平              |                     | マカロニサラダ             | かにかまと大根のサラダ         | かぶとわかめ梅和え           |  |
| バラエティランチ        | 500   | ガパオライス              |                     | 鶏と野菜天丼              | 揚げ餃子野菜あんかけ          | 鶏と卵のそぼろ丼            |  |
|                 |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |  |
|                 |   | ○ ○                 | ○ ○ ○               | ○ ○                 | ○ ○                 | ○ ○                 |  |
|                 |   | 634kcal 2.0g        |                     | 754kcal 1.8g        | 309kcal 1.9g        | 712kcal 3.5g        |  |
| コズミックランチ        | 300   | チャーハン               |                     | グラタン                | タコライス               | ナシゴレン               |  |
|                 |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |  |
|                 |   | ○ ○                 | ○ ○ ○               | ○ ○ ○               | ○ ○ ○               | ○ ○                 |  |
|                 |   | 621kcal 2.8g        |                     | 617kcal 1.8g        | 575kcal 2.0g        | 559kcal 1.8g        |  |
| 日替り麺類<br>(小鉢付き) | 430   | 味玉ラーメン              |                     | 塩野菜ラーメン             | わかめ温玉<br>うどん・そば     | 挽肉もやしラーメン           |  |
|                 |   | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに |  |
|                 |   | ○ ○                 | ○ ○ ○               | ○ ○ ○               | ○ ○ ○               | ○ ○                 |  |
|                 |   | 528kcal 6.7g        |                     | 424kcal 6.4g        | 410kcal 6.7g        | 476kcal 6.4g        |  |
|                 | 500   |                     |                     |                     |                     |                     |  |
| カレーライス          | 400   | カレーライス (サラダ付き)      |                     |                     |                     |                     | 卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに<br>○ ○<br>696kcal 2.4g |
| 単品メニュー          | ★各種パン100円～★小鉢120円 ★ポテト120円 ★麺大盛120円 ★コロッケ100円 |                     |                     |                     |                     |                     |  |

### 備考

| メニュー表示       | 熱量(kcal) | 塩分(g) |
|--------------|----------|-------|
| ご飯1杯(200g)   | 336      | 0.0   |
| 味噌汁1杯(144cc) | 31       | 0.8   |

- ・食券は当日限り有効です
- ・仕入れの都合によりメニュー変更する場合がございます
- ・当店で使用しているお米は国産です