

# 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)	1月31日(月)	2月1日(火)	2月2日(水)	2月3日(木)	2月4日(金)	
日替りランチ	400		豚肉みそ炒め	メンチカツ&ハムカツ	和風ハンバーグ	タンドリーチキン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
			378kcal 1.1g	442kcal 1.0g	322kcal 2.2g	341kcal .5g	
小鉢			サラダ	ほうれん草おひたし	生揚げ煮	ほうれん草胡麻和え	
唐揚げランチ (小鉢付き)	400		唐揚げタルタル	ガパオライス	塩こうじから揚げ	カツどん	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
			497kcal 2.2g	695kcal 2.4g	460kcal 1.8g	874kcal 2.2g	
コズミックランチ	300		おにぎり・鶏照り焼き	グラタン・卵サンド	もち麦タコライス 焼き野菜	オムライス・オニオンリング	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
			635kcal 2.9g	617kcal 1.8g	701kcal 2.0g	648kcal 2.5g	
日替り麺類 (小鉢付き)	350		きつね うどん・そば	塩ラーメン	山菜 うどん・そば	味噌コーン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
			417kcal 6.7g	451kcal 7.4g	350kcal 6.7g	514kcal 6.1g	
スペシャル麺	450				北海道オロチオンラーメン		
カレーライス	350	カレーライス (サラダ付き)					533kcal 7.6g
						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~★サラダ130円 ★ポテト100円 ★麺大盛100円 ★コロッケ80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)	2月7日(月)	2月8日(火)	2月9日(水)	2月10日(木)	2月11日(金)
日替りランチ	400	豚肉と野菜卵炒め	白身魚唐揚げ野菜あんかけ	マグロメンチ		
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○		
		385kcal 1.6g	293kcal 1.8g	386kcal 1.9g		
小鉢		がんも煮	カボチャ煮	大根そぼろ煮		
唐揚げランチ	400	唐揚げ	唐揚げタルタル			
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
		○ ○ ○	○ ○ ○			
		468kcal 1.6g	497kcal 2.2g			
コズミックランチ	300	チャーハン&麻婆豆腐	おにぎり&鶏照り焼き			
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
		○ ○ ○	○ ○ ○			
		621kcal 2.8g	635kcal 2.9g			
日替り麺類	350	醤油ラーメン	温玉 うどん・そば		うどん・そば	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
		○ ○ ○	○ ○ ○			
		446kcal 6.7g	358kcal 6.7g			
スペシャル麺	450	町中華メンマラーメン				
		421kcal 7.0g				
カレーライス	350	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~★サラダ130円 ★ポテト100円 ★麺大盛100円 ★コロッケ80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

**repast**  
株式会社レパスト

# 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)	2月14日(月)	2月15日(火)	2月16日(水)	2月17日(木)	2月18日(金)	
日替りランチ	400	サーモンフライ&白身フライ	白身魚ポテトサラダ焼き	チキン クリームシチュー	さば味噌煮	揚げ鶏 の南蛮漬け	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		307kcal .6 g	265kcal 1.3 g	381kcal 1.3 g	256kcal 1.6 g	466kcal 1.4 g	
小鉢		小松菜ともやしお浸し	春雨中華和え	ハムコールスロー	大根とハムマリネ	人参とひじきのカレー炒め	
唐揚げランチ	400					ロコモコ丼	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
						○ ○ ○	
						864kcal 1.5 g	
コズミックランチ	300					オムライス・オニオンリング	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
						○ ○ ○	
						597kcal 1.8 g	
日替り麺類	350		うどん・そば	うどん・そば	うどん・そば	味噌ラーメン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
						○ ○	
						493kcal 1.8 g	
スペシャル麺	450					香川讃岐ラーメン	
						503kcal 6.1 g	
カレーライス	350	カレーライス					卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに
							○ ○
							696kcal 2.4 g
単品メニュー	★各種パン100円~★サラダ130円 ★ポテト100円 ★麺大盛100円 ★コロッケ80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)	2月21日(月)	2月22日(火)	2月23日(水)	2月24日(木)	2月25日(金)	
日替りランチ	400	いかフライ&鱈フライ	かれい ラビゴットソース		豚肉粒マヨ焼き	中華盛り合わせ	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○		○ ○ ○	○ ○ ○	
		317kcal 1.3g	278kcal 1.2g		316kcal 1.0g	466kcal 1.4g	
小鉢		切り干し大根煮	ポテトサラダ		きんぴらごぼう	なす揚げ浸し	
唐揚げランチ	400	唐揚げ	唐揚げタルタル		鶏肉磯辺揚げ	かつライス	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○		○ ○ ○	○ ○ ○	
		468kcal 1.6g	497kcal 2.2g		494kcal 1.6g	864kcal 2.7g	
コズミックランチ	300	チャーハン&麻婆豆腐	おにぎり&鶏照り焼き		もちむぎタコライス& 焼き野菜	オムライス・オニオンリング	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○		○ ○ ○	○ ○ ○	
		621kcal 2.8g	635kcal 2.9g		701kcal 2.0g	597kcal 1.8g	
日替り麺類	350	醤油ラーメン	ほうれん草玉子とし うどん・そば		温玉 うどん・そば	味噌ラーメン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○	○ ○ ○		○ ○ ○	○ ○ ○	
		446kcal 6.7g	419kcal 5.9g		358kcal 6.7g	493kcal 6.1g	
スペシャル麺	450	九州とんこつ白湯ラーメン					
		588kcal 4.8g					
カレーライス	350	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~★サラダ130円 ★ポテト100円 ★麺大盛100円 ★コロッケ80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)	2月28日(月)	3月1日(火)	3月2日(水)	3月3日(木)	3月4日(金)																																																																																				
日替りランチ	400	豚肉と野菜黒胡炒め																																																																																								
		<table border="1"> <tr> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> </tr> <tr> <td>○</td><td>○</td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td colspan="2">347kcal</td> <td colspan="2">1.2 g</td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> </tr> </table>						卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○																															347kcal		1.2 g													
		卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに																																																						
○	○																																																																																									
347kcal		1.2 g																																																																																								
小鉢		切り昆布煮																																																																																								
唐揚げランチ	400	唐揚げ																																																																																								
		<table border="1"> <tr> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> </tr> <tr> <td>○</td><td>○</td><td>○</td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td colspan="2">468kcal</td> <td colspan="2">1.6 g</td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> </tr> </table>						卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○																														468kcal		1.6 g													
		卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに																																																						
○	○	○																																																																																								
468kcal		1.6 g																																																																																								
コズミックランチ	300	チャーハン&麻婆豆腐																																																																																								
		<table border="1"> <tr> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> </tr> <tr> <td>○</td><td>○</td><td>○</td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td colspan="2">621kcal</td> <td colspan="2">2.8 g</td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> </tr> </table>						卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○	○																														621kcal		2.8 g													
		卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに																																																						
○	○	○																																																																																								
621kcal		2.8 g																																																																																								
日替り麺類	350	醤油ラーメン																																																																																								
		うどん・そば			うどん・そば																																																																																					
		<table border="1"> <tr> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> </tr> <tr> <td>○</td><td>○</td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> <td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td colspan="2">446kcal</td> <td colspan="2">6.7 g</td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> </tr> </table>						卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○																															446kcal		6.7 g													
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに																																																								
○	○																																																																																									
446kcal		6.7 g																																																																																								
スペシャルカレー	450																																																																																									
カレーライス	350	カレーライス																																																																																								
		<table border="1"> <tr> <td>卵</td><td>小麦</td><td>乳</td><td>そば</td><td>落花生</td><td>エビ</td><td>かに</td> </tr> <tr> <td>○</td><td>○</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td colspan="2">696kcal</td> <td colspan="2">2.4 g</td> <td colspan="2"></td> <td colspan="2"></td> </tr> </table>						卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに	○	○						696kcal		2.4 g																																																																		
卵	小麦	乳	そば	落花生	エビ	かに																																																																																				
○	○																																																																																									
696kcal		2.4 g																																																																																								
単品メニュー	★各種パン100円~★サラダ130円 ★ポテト100円 ★麺大盛100円 ★コロッケ80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

**repast**  
株式会社レパスト