

# 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)	10月31日(月)	11月1日(火)	11月2日(水)	11月3日(木)	11月4日(金)	
日替りランチ	400		和風おろしハンバーグ	鶏肉ピザソース焼き		ポトフ	
		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	
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		314kcal	2.2 g	423kcal	2.2 g	372kcal	2.0 g
小鉢			かぼちゃそぼろあん	サラダ		ほうれんそう卵炒め	
唐揚げランチ (小鉢付き)	400		鶏肉磯辺揚げ	ハントライス		ハヤシライス	
		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	
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		461kcal	1.2 g	735kcal	2.5 g	671kcal	2.1 g
コスミックランチ	300		やきそば	グラタン		ナポリタン	
		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	
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		635kcal	2.9 g	617kcal	1.8 g	559kcal	1.8 g
日替り麺類 (小鉢付き)	350		きつね うどん・そば	塩コーンラーメン		鶏とねぎの鴨だしそば	
		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	
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		417kcal	6.7 g	470kcal	7.4 g	554kcal	4.7 g
スペシャル麺	450						
カレーライス	350	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 2.4 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)	11月7日(月)	11月8日(火)	11月9日(水)	11月10日(木)	11月11日(金)	
日替りランチ	400	豚肉と豆腐カレー炒め	白身魚揚げ出し山椒風味	鶏肉南蛮漬け	生揚げ肉詰め煮	豚肉ピカタ	
		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	
		○ ○ 406kcal 1.1g	○ ○ 282kcal 2.1g	○ ○ 466kcal 1.4g	○ ○ 285kcal 1.5g	○ ○ 441kcal 1.8g	
小鉢		じゃがいもとアスパラマヨ和え	いか・きゅうり・大根のわさび醤油和え	かぼちゃとひじきのしそ風味	小松菜ベーコン炒め	酢の物	
唐揚げランチ	400	鶏唐揚げラビゴットソース	唐揚げ	ココモコ丼	唐揚げ	チキンライス&コロッケ	
		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	
		○ ○ 471kcal 1.4g	○ ○ 466kcal 2.0g	○ ○ 713kcal 2.7g	○ ○ 466kcal 2.0g	○ ○ 710kcal 1.7g	
コズミックランチ	300	チャーハン・麻婆豆腐	焼きそば	グラタン	タコライス	ナポリタン	
		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 2.8g	○ ○ 635kcal 2.9g	○ ○ 617kcal 1.8g	○ ○ 635kcal 2.9g	○ ○ 559kcal 1.8g	
日替り麺類	350	味玉ラーメン	さつまあげ うどん・そば	パイタン麺	わかめ温玉 うどん・そば	味噌ラーメン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに	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	
		○ ○ 528kcal 7.7g	○ ○ 423kcal 6.7g	○ ○ 514kcal 5.7g	○ ○ 410kcal 6.7g	○ ○ 493kcal 6.1g	
スペシャル麺	450						
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)	11月14日(月)	11月15日(火)	11月16日(水)	11月17日(木)	11月18日(金)
日替りランチ	400	きのことキャベツホイコーロー	鯖トマチリソース	焼きあごだし染みる 豚大根	ハンバーグ&目玉焼き	豚と野菜 オイスターソース炒め
		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
		226kcal 1.4g	386kcal 1.3g	315kcal 3.9g	406kcal 2.4g	245kcal 1.8g
小鉢		がんも煮	切り干し大根煮	じゃがいも山菜マヨ和え	ほうれん草胡麻和え	餃子あんかけ
唐揚げランチ	400	油淋鶏	唐揚げタルタル	親子丼	マヨ唐揚げ	ドライカレー
		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
		462kcal 1.6g	497kcal 2.2g	718kcal 2.4g	483kcal 1.4g	681kcal 2.0g
コズミックランチ	300	チャーハン・麻婆豆腐	焼きそば	グラタン	タコライス	ナポリタン
		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 2.8g	635kcal 2.9g	617kcal 1.8g	635kcal 2.9g	559kcal 1.8g
日替り麺類	350	醤油ラーメン	ちくわ天 うどん・そば	ワンタンメン	ちゃんぽん うどん・そば	とんこつラーメン
		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 6.7g	475kcal 7.0g	408kcal 7.4g	424kcal 5.8g	487kcal 6.0g
スペシャル麺	450					
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)	11月21日(月)	11月22日(火)	11月23日(水)	11月24日(木)	11月25日(金)	
日替りランチ	400	ハンバーグデミソース	白身魚マヨネーズ焼き		豚肉きのこポン酢炒め	肉じゃが	
		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	
		○ ○ ○	○ ○ ○		○ ○ ○	○ ○ ○	
		397kcal 2.7g	306kcal 1.1g		225kcal 1.2g	256kcal 1.3g	
小鉢		ほうれん草お浸し	ゆで卵変わり揚げ		おくら入り卵焼き	ちくわ磯辺揚げ	
唐揚げランチ	400	鶏天のネギラー油掛け	舞茸あんかけ チャーハン		唐揚げスイート チリソース	鶏のもろみ醤油 タレかつ丼	
		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	
		○ ○ ○	○ ○ ○		○ ○ ○	○ ○ ○	
		546kcal 2.8g	698kcal 1.4g		471kcal 1.2g	717kcal 2.9g	
コズミックランチ	300	チャーハン・麻婆豆腐	焼きそば		タコライス	ナポリタン	
		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 2.8g	635kcal 2.9g		701kcal 2.0g	559kcal 1.8g	
日替り麺類	350	醤油ラーメン	しめじと鶏肉あんかけ うどん・そば		きつね うどん・そば	味噌ラーメン	
		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 5.7g	452kcal 7.1g		417kcal 6.7g	493kcal 6.1g	
スペシャル麺	450						
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



