

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30日(日)	1月31日(月)	2月1日(火)	2月2日(水)	2月3日(木)
日替りランチ	400			チキン南蛮	ポトフ	節分セット (イワシフライ・恵方巻)
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
				462kcal 1.6 g	372kcal 2.0 g	626kcal 1.7 g
小鉢			高野豆腐玉子とじ	切昆布なめたけ和え	ひじき煮	
唐揚げランチ (小鉢付き)	400			かにかまあんかけチャーハン	チキンカツ	唐揚げ
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
				574kcal 1.7 g	440kcal .5 g	462kcal 1.6 g
コズミックランチ	300			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				
				508kcal 1.8 g	575kcal 2.0 g	559kcal 1.8 g
日替り麺類	350		うどん・そば	味噌ラーメン	山菜 うどん そば	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
				493kcal 6.1 g	352kcal 6.7 g	
スペシャル麺	450					真鯛香だし旨塩ラーメン
カレーライス	350	カレーライス (サラダ付き)				437kcal 5.4 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

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6日(月)	2月7日(火)	2月8日(水)	2月9日(木)	2月10日(金)
日替りランチ	400	えのき入り鶏つくね	チキンハヤシ煮	おろしとんかつ	豚肉キムチ炒め	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
		291kcal 2.1 g	409kcal 2.2 g	506kcal 1.6 g	354kcal 1.3 g	
小鉢		かぶのかにかまあんかけ	ほうれんコーン炒め	ぜんまい煮つけ	ほうれん草お浸し	
唐揚げランチ	400	唐揚げタルタル	唐揚げチーズソース	ハヤシライス	唐揚げ	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
		497kcal 2.2 g	477kcal 2.1 g	671kcal 2.1 g	462kcal 1.6 g	
コズミックランチ	300	炒飯・麻婆豆腐	焼きそば	グラタン	タコライス	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
		514kcal 2.8 g	597kcal 1.9 g	575kcal 1.8 g	575kcal 2.0 g	
日替り麺類	350	醤油ラーメン	きつね うどん・そば		山菜 うどん そば	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
		○ ○ ○	○ ○ ○		○ ○ ○	
		446kcal 6.7 g	479kcal 6.7 g		352kcal 6.7 g	
スペシャル麺	450			甘えび香るエビ塩ラーメン		
				569kcal 6.9 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13日(月)	2月14日(火)	2月15日(水)	2月16日(木)	2月17日(金)
日替りランチ	400	鶏と蕪のクリームシチュー	ささみフライ	高菜チャーハン	洋風盛り合わせ	チャーメン
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
		339kcal 1.3 g	320kcal .8 g	619kcal 1.6 g	320kcal .8 g	475kcal 1.7 g
小鉢		サラダ	煮物	スープ餃子	サラダ	ナムル
唐揚げランチ	400	唐揚げ野菜あんかけ	油淋鶏	唐揚げ	唐揚げチーズソース	塩こうじ唐揚げ
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
		○ ○	○ ○	○ ○	○ ○ ○	○ ○
		459kcal 2.7 g	419kcal 1.3 g	462kcal 1.6 g	477kcal 2.1 g	460kcal 1.6 g
コスミックランチ	300	炒飯・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				
		○ ○ ○	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
		514kcal 2.8 g	597kcal 1.9 g	575kcal 1.8 g	575kcal 2.0 g	559kcal 1.8 g
日替り麺類	350		きつね うどん・そば	味噌ラーメン	山菜 うどん・そば	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに				
			○ ○ ○	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
		476kcal 6.7 g	493kcal 6.1 g	352kcal 6.7 g		
スペシャル麺	450	節香る和だし醤油ラーメン				マー油香る生姜味噌ラーメン
		432kcal 9.3 g				504kcal 6.6 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20日(月)	2月21日(火)	2月22日(水)	2月23日(木)	2月24日(金)	
日替りランチ	430	マーボー豆腐	もつ煮	いか天丼	焼き鯖南蛮漬け	鶏肉ネギみそ焼き	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○	○ ○	○ ○ ○	○ ○	○ ○ ○	
		318kcal 1.6g	228kcal 1.6g	723kcal 2.3g	323kcal 1.7g	336kcal 1.2g	
小鉢		揚げシューマイ	ウインナー野菜痛め	酢の物	かぼちゃそぼろあん	ほうれん草ツナ和え	
唐揚げランチ	430						
		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	380	醤油ラーメン	山菜 うどん・そば	味噌ラーメン	きつね うどん・そば	塩ラーメン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○	○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		446kcal 6.7g	350kcal 6.7g	493kcal 6.1g	417kcal 6.7g	451kcal 7.4g	
	480						
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 ○ ○ 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27日(月)	2月28日(火)	3月1日(水)	3月2日(木)	3月3日(金)
日替りランチ	430	根菜の和風グラタン	穴子天ぷら			
		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
		○ ○ ○	○ ○ ○			
		361kcal 1.8g	387kcal 4g			
小鉢		ちくわとオクラおろし和え	押し麦とひじきの白菜 コールスロー			
唐揚げランチ	430					
		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
コズミックランチ	300					
		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
日替り麺類	380	醤油ラーメン	きつね うどん・そば		うどん・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
		○ ○	○ ○ ○			
		446kcal 6.7g	479kcal 6.7g			
	480					
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
						○ ○
						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