

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)	8月28日(月)	8月29日(火)	8月30日(水)	8月31日(木)	9月1日(金)	
日替りランチ	430					ガパオライス	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
						695kcal 2.4g	
小鉢						温野菜	
唐揚げランチ (小鉢付き)	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 (小鉢付き)	380				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 6.1g	
スペシャル麺	480						
カレーライス	380	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~★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)	9月4日(月)	9月5日(火)	9月6日(水)	9月7日(木)	9月8日(金)	
日替りランチ	430	豚肉と野菜卵炒め	白身魚唐揚げ野菜あんかけ	棒棒鶏	豚バラと卵煮物	麻婆野菜	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○
		385kcal 1.6g	262kcal 1.8g	307kcal 1.9g	327kcal 1.1g	318kcal 1.8g	
小鉢		ほうれんそうお浸し	すごもり卵	大根そぼろ煮	チキンマリネ	豆腐明太あんかけ	
唐揚げランチ	430	油淋鶏	唐揚げタルタル	ナシゴレン	唐揚げ	カツライスデミソース	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		462kcal 1.6g	497kcal 2.2g	678kcal 2.7g	460kcal 1.8g	801kcal 1.4g	
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	卵サンド	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		621kcal 2.8g	588kcal 2.9g	617kcal 1.8g	640kcal 2.0g	597kcal 1.8g	
日替り麺類	380	醤油ラーメン	山菜温玉 うどん・そば	塩コーンラーメン	ちくわ天 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	442kcal 4.3g	470kcal 7.4g	475kcal 6.7g	493kcal 6.1g	
トッピングカレー	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

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)	9月11日(月)	9月12日(火)	9月13日(水)	9月14日(木)	9月15日(金)	
日替りランチ	430	豚肉と蒸し野菜	豚肉生姜炒め	鶏肉ポテトサラダ焼き	ハンバーグデミソース	揚げ鶏 の南蛮漬け	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		295kcal 1.8 g	367kcal .9 g	391kcal 1.2 g	397kcal 2.5 g	411kcal 2.2 g	
小鉢		ほうれん草なめ苺和え	春雨中華和え	ハムコールスロー	れんこんツナマリネ	人参とひじきのカレー炒め	
唐揚げランチ	430	油淋鶏	チキン南蛮	麻婆丼	唐揚げ	ココモコ丼	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○	○ ○ ○	○ ○	○ ○	○ ○ ○	
		462kcal 1.6 g	462kcal 1.6 g	683kcal 1.6 g	460kcal 1.8 g	864kcal 1.5 g	
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	卵サンド	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		621kcal 2.8 g	588kcal 2.9 g	617kcal 1.8 g	640kcal 2.0 g	597kcal 1.8 g	
日替り麺類	380	醤油ラーメン	きつね うどん・そば	味玉ラーメン	山菜 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 6.7 g	417kcal 6.7 g	528kcal 7.7 g	350kcal 6.7 g	493kcal 6.1 g	
スペシャルカレー	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 2.4 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)	9月18日(月)	9月19日(火)	9月20日(水)	9月21日(木)	9月22日(金)	
日替りランチ	430				チキンクリームシチュー	かれいラビゴットソース	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
					381kcal 1.3g	278kcal 1.2g	
小鉢					温野菜	ほうれん草お浸し	
唐揚げランチ	430				唐揚げ	メンチカツ丼	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
					460kcal 1.8g	864kcal 2.7g	
コズミックランチ	300				タコライス	卵サンド	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
					640kcal 2.0g	597kcal 1.8g	
日替り麺類	380		うどん・そば		山菜 うどん・そば	味噌ラーメン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
					350kcal 6.7g	493kcal 6.1g	
スペシャルカレー	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

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)	9月25日(月)	9月26日(火)	9月27日(水)	9月28日(木)	9月29日(金)	
日替りランチ	430	とんかつ	ハンバーグ トマトソース	はんぺん肉詰めフライ	イワシのフライ タルタル添え	鶏照り焼き	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		452kcal 1.6g	397kcal 2.5g	314kcal 2.0g	440kcal 2.1g	422kcal 2.7g	
小鉢		切り昆布煮	サラダ	ほうれん草胡麻和え	煮物	ポテトフライ	
唐揚げランチ	430	油淋鶏	唐揚げタルタル	親子丼	唐揚げ	キーマカレー	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○	○ ○ ○	○	○ ○	○ ○	
		462kcal 1.6g	497kcal 2.2g	718kcal 2.4g	460kcal 1.8g	711kcal 2.5g	
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	卵サンド	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		621kcal 2.8g	588kcal 2.9g	617kcal 1.8g	640kcal 2.0g	597kcal 1.8g	
日替り麺類	380	醤油ラーメン	きつね うどん・そば	味玉ラーメン	山菜 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	417kcal 6.7g	528kcal 7.7g	350kcal 6.7g	493kcal 6.1g	
スペシャルカレー	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