

# 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29日(月)	9月30日(火)	10月1日(水)	10月2日(木)	10月3日(金)	
日替りランチ	500	豚肉きのこ卵とし	鶏肉チーズタッカルビ		イタリアンハンバーグ	ささみチーズフライ	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		406kcal 2.2 g	370kcal 1.5 g		375kcal 2.3 g	352kcal 1.7 g	
小鉢		かぶのかにかまあんかけ	枝豆と切り干し大根ゆず風味		マカロニサラダ	がんも煮	
バラエティランチ	500	マヨ唐揚げ	いか天丼		塩麴からあげ	ガパオライス	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		483kcal 1.5 g	723kcal 2.3 g		468kcal 1.1 g	695kcal 2.3 g	
コズミックランチ	300	チャーハン	オムライス		タコライス	ナシゴレン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		621kcal 2.8 g	597kcal 2.9 g		575kcal 2.0 g	559kcal 1.8 g	
日替り麺類 (小鉢付き)	430	醤油ラーメン	きつね うどん・そば		揚げ玉わかめ うどん・そば	塩コーンラーメン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		446kcal 6.7 g	417kcal 6.7 g		382kcal 4.3 g	470kcal 7.4 g	
	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 2.4 g
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

**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)	10月6日(月)	10月7日(火)	10月8日(水)	10月9日(木)	10月10日(金)	
日替りランチ	500	豚肉と野菜卵炒め	白身魚唐揚げ野菜あんかけ	タンドリーチキン	酢豚	鱈フライ	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○
		385kcal 1.6g	262kcal 1.8g	341kcal 1.6g	494kcal 1.2g	289kcal .4g	
小鉢		野菜ピーナッツ和え	煮物	ほうれん草胡麻和え	サラダ	チキンマリネ	
バラエティランチ	500	唐揚げ	鶏肉マヨ揚げ	豚キムチ丼	鶏肉磯辺揚げ	麻婆丼	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	
		462kcal 1.6g	483kcal 1.6g	716kcal 1.8g	461kcal 1.2g	683kcal 1.5g	
コズミックランチ	300	焼きそば	キーマカレー	おにぎり	チキンドリア	あんかけナポリタン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	
		477kcal 2.8g	511kcal 2.9g	530kcal 1.8g	542kcal 2.0g	486kcal 1.8g	
日替り麺類	430	醤油ラーメン	温玉 うどん・そば	ワンタンメン	かき揚げ うどん・そば	味噌もやし	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	○ ○ ○ ○ ○	
		446kcal 6.7g	410kcal 6.5g	408kcal 7.4g	563kcal 7.0g	519kcal 6.3g	
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

**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)	10月20日(月)	10月21日(火)	10月22日(水)	10月23日(木)	10月24日(金)	
日替りランチ	500	ほっけフライ	豚肉粒マヨ焼き	韓国・豚のプルコギ チャプチェ	豚肉ネギみそ焼き	チキンクリーム煮	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		308kcal 2.3 g	316kcal 1.0 g	377kcal 2.5 g	333kcal 1.2 g	466kcal 1.4 g	
小鉢		切り干し大根煮	きんぴらごぼう	温野菜	ポテトサラダ	なす揚げ浸し	
バラエティランチ	500	唐揚げ甘酢あん	唐揚げタルタル	五目ちらし寿司	鶏肉磯辺揚げ	メンチカツ丼	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		462kcal 1.6 g	497kcal 2.2 g	543kcal 1.5 g	461kcal 1.6 g	864kcal 2.7 g	
コズミックランチ	300	焼きそば	キーマカレー	おにぎり	チキンドリア	あんかけナポリタン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		477kcal 2.8 g	511kcal 2.9 g	530kcal 1.8 g	542kcal 2.0 g	486kcal 1.8 g	
日替り麺類	430	醤油ラーメン	きつね うどん・そば	パイタン麺	温玉 うどん・そば	味玉ラーメン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		446kcal 6.7 g	417kcal 6.7 g	514kcal 5.7 g	410kcal 6.7 g	528kcal 7.7 g	
	500						
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 2.4 g
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)	10月27日(月)	10月28日(火)	10月29日(水)	10月30日(木)	10月31日(金)	
日替りランチ	500	ポークハヤシ煮	豚肉野菜味噌炒め	鶏肉ピザソース焼き	アナゴと野菜天ぷら	鶏竜田揚げおろしポン酢	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		241kcal 2.0 g	260kcal 2.5 g	314kcal 2.0 g	314kcal 1.2 g	417kcal 1.6 g	
小鉢		サラダ	かぼちゃ天ぷら	ほうれん草胡麻和え	高野豆腐玉子とじ	かぶとキャベツレモン和え	
バラエティランチ	500	唐揚げ	唐揚げタルタル	チーズのキーマカレー	チキンピカタ	中華丼	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	○ ○ ○	
		462kcal 1.6 g	497kcal 2.2 g	594kcal 2.8 g	374kcal .6 g	615kcal 1.9 g	
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 2.8 g	597kcal 2.9 g	617kcal 1.8 g	575kcal 2.0 g	559kcal 1.8 g	
日替り麺類	430	醤油ラーメン	きつね うどん・そば		ちから うどん・そば	塩コーンラーメン	
		卵 小麦 乳 そば 落花生 エビ かに					
		○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	○ ○	
		446kcal 6.7 g	417kcal 6.7 g		485kcal 6.1 g	470kcal 7.4 g	
スペシャル麺	500			台湾・牛肉麺			
				532kcal 6.8 g			
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 2.4 g
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

**repast**  
株式会社 レパスト