

11月 日替わりメニュー

管理栄養士が考えた

2024
November

本品に使用しているアレルギー物質表 (本品は卵・乳成分・小麦を含む製品と共通の設備で製造しています。)

月	火	水	木	金
				1  エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 789kcal 17.8g 28.9g 112.3g 2.1g ヘルシー 499kcal 11.7g 16.1g 75.3g 1.5g 11月1日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド
4 店休日	5 さかなの日 かつお節入り エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 645kcal 18.1g 19.3g 96.4g 2.7g ヘルシー 441kcal 11.6g 12.6g 68.0g 1.9g 11月5日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	6 Premium 浅草西の市 にちなんで エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 797kcal 20.7g 30.2g 102.6g 2.8g ヘルシー 528kcal 13.2g 18.6g 72.2g 1.9g 11月6日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	7 立冬 冬野菜 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 725kcal 22.5g 24.9g 99.8g 2.9g ヘルシー 473kcal 14.1g 14.5g 69.5g 1.9g 11月7日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	8 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 654kcal 20.2g 17.8g 101.0g 2.5g ヘルシー 437kcal 12.7g 10.7g 70.9g 1.8g 11月8日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド
11 リコピン エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 692kcal 18.7g 21.4g 102.7g 2.9g ヘルシー 481kcal 12.7g 14.6g 72.3g 2.1g 11月11日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	12 ★ Special ホタテ・マクロ・昆布・カツオ 出汁 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 714kcal 18.8g 22.5g 107.4g 3.4g ヘルシー 470kcal 12.2g 12.3g 76.1g 2.4g 11月12日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	13 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 730kcal 17.3g 25.4g 105.9g 2.5g ヘルシー 466kcal 11.0g 14.1g 72.4g 1.7g 11月13日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	14 タルタルソースの日 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 770kcal 21.1g 30.6g 100.2g 3.0g ヘルシー 499kcal 13.7g 17.7g 69.9g 2.1g 11月14日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	15 韓国料理 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 654kcal 15.9g 21.2g 98.0g 3.1g ヘルシー 455kcal 11.2g 14.7g 68.1g 2.3g 11月15日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド
18 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 666kcal 20.2g 19.0g 99.4g 2.3g ヘルシー 484kcal 14.0g 13.8g 72.3g 1.7g 11月18日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	19 大分県 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 703kcal 21.5g 22.9g 105.8g 2.7g ヘルシー 453kcal 13.4g 12.7g 75.1g 2.0g 11月19日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	20 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 706kcal 18.8g 20.6g 109.4g 2.7g ヘルシー 459kcal 12.1g 11.3g 76.1g 1.9g 11月20日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	21 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 765kcal 18.2g 24.6g 113.3g 2.4g ヘルシー 511kcal 12.4g 14.8g 79.3g 1.7g 11月21日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	22 Premium 和食の日 5種果汁 入りおしろい エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 860kcal 25.2g 34.2g 109.8g 3.9g ヘルシー 579kcal 16.2g 20.9g 79.5g 2.3g 11月22日は「和食の日」 11月22日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド
25 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 626kcal 24.3g 14.6g 97.2g 2.0g ヘルシー 438kcal 15.8g 10.5g 68.4g 1.6g 11月25日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	26 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 703kcal 20.5g 22.9g 100.8g 2.4g ヘルシー 462kcal 13.7g 13.1g 70.5g 1.7g 11月26日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	27 ★ Special 鳥取県 瀬戸内 境港産 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 735kcal 16.1g 23.8g 107.3g 2.9g ヘルシー 469kcal 11.3g 12.9g 73.1g 2.1g 11月27日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	28 中華 6969 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 691kcal 17.1g 21.6g 104.4g 2.5g ヘルシー 465kcal 11.3g 13.4g 72.8g 1.8g 11月28日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド	29 名古屋めしフェア エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 デラックス 679kcal 22.2g 18.5g 103.7g 2.4g ヘルシー 473kcal 13.7g 12.2g 75.5g 1.7g 11月29日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。) 卵 乳 小麦 落花生 そば えび かに くるみ 大豆 いくら カシューナッツ やまいも ごま キウイ バナナ もも りんご オレンジ ゼラチン 鶏肉 牛肉 豚肉 鮭 いか あわび さば かつおツナ アーモンド