

あしたね食堂 日替わりランチメニュー(2021年8月)

日付	曜日	Aランチ	カロリー	Bランチ	カロリー
2021年8月2日	月	シンガポールライス	499	豚肉と夏野菜炒め	366
8月3日	火	白身魚のマリネ	156	ピリ辛よだれ鶏	234
8月4日	水	フルコギ	419	鶏のから揚げ	330
8月5日	木	ポークジンジャーソテー	353	エビフライ	180
8月6日	金	さばの竜田揚げ	330	鶏肉とセロリの中華炒め	399
8月9日	月	祝日のため、お休み			
8月10日	火	スペシャルAランチ ひつまぶし	339	アジフライ	228
8月11日	水	さばの味噌煮	214	ゴーヤチャンプル	235
8月12日	木	白身魚の甘酢あんかけ	285	千キンソテー	294
8月13日	金	スタミナとんかつ	480	麻婆豆腐	341
8月16日	月	牛肉とごぼうの甘辛煮	229	照り焼き千キン	312
8月17日	火	和風ハンバーグ	407	鶏肉とパプリカのマスタード炒め	220
8月18日	水	ちらし寿司	373	千キンタツタ	425
8月19日	木	ミックスフライ	496	豚肉と夏野菜の冷煮物	284
8月20日	金	白身魚のパン粉焼き	289	肉豆腐	379
8月23日	月	スペシャルAランチ 手打ち天ぷら蕎麦	291	棒棒鶏	224
8月24日	火	彩り野菜の天井	477	ゆで鶏ときゃべつのごま酢あえ	220
8月25日	水	揚げなすと豚肉のエスニック風味	259	レバニラ炒め	280
8月26日	木	酢豚	341	肉じゃが	360
8月27日	金	鮭のソテー 香味ソース	210	千キン南蛮	495
8月30日	月	タコライス	619	冷しゃぶ香味だれ	250
8月31日	火	牛肉とピーマンのピリ辛炒め	288	具たくさん！和風オムレツ	174
		スペシャルAランチは750円			

※メニューは仕入れ状況により、変更する場合がありますので、ご了承ください。