



ご注文は、74-201へ  
当日の10:45まで  
関西大学生生活協同組合 飲食事業部

**時間厳守**  
をお願い致します。

\*ごはん大盛りは+50円\*  
(白ご飯の場合+90kcal)

月		火		水		木		金		土	
<p><b>ネバネバ野菜で夏バテ防止</b></p> <p>ネバネバした食感がおいしい野菜はツルツと食べられるので夏バテで食欲がない時におススメ！ ネバネバ成分は胃腸の粘膜を保護してくれるため、夏バテで弱った胃腸にも優しい食材です。 オクラ・山芋・なめこ・もずく・納豆など</p>											
		1		2		3		4		5	
		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 白ごはん</li> <li>● サバの塩麹焼き</li> <li>● 豚肉と夏野菜の味噌炒め</li> <li>● 長芋の梅風味</li> <li>● ほうれん草浸し</li> <li>● 大根煮</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● ゆかりごはん</li> <li>● カレイと野菜のカレー風味</li> <li>● 豚スタミナ焼き</li> <li>● 根菜と豆のサラダ</li> <li>● 胡瓜の酢の物</li> <li>● 高野豆腐</li> </ul>		<p>お休み</p>					
		682kcal 2.7g		639kcal 3.3g							
5		6		7		8		9		10	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 白ごはん</li> <li>● サワラの西京焼き</li> <li>● 鶏唐南蛮</li> <li>● いんげん胡麻和え</li> <li>● キャベツの昆布和え</li> <li>● 切干大根煮</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 白ごはん</li> <li>● ラタトゥイユ</li> <li>● 豆腐のそぼろあん</li> <li>● フロccoliりと大豆のピリ辛和え</li> <li>● 三色和え</li> <li>● きんぴらごぼう</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 白ごはん</li> <li>● サバの塩麹焼き</li> <li>● 豚肉と夏野菜の味噌炒め</li> <li>● 長芋の梅風味</li> <li>● ほうれん草浸し</li> <li>● 大根煮</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 白ごはん</li> <li>● カレイと野菜のカレー風味</li> <li>● 豚スタミナ焼き</li> <li>● 根菜と豆のサラダ</li> <li>● 胡瓜の酢の物</li> <li>● 高野豆腐</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 枝豆ごはん</li> <li>● サバ竜田の葱塩ソース</li> <li>● きのこと厚揚げのソース炒め</li> <li>● 芋コロサラダ</li> <li>● ひじきの彩りナムル</li> <li>● ひとくちがんも煮</li> </ul>		<p>お休み</p>	
610kcal 4.3g		604kcal 2.3g		682kcal 2.7g		637kcal 2.8g		675kcal 4.4g			
<p>10日～20日まで夏季休業となります。</p>											
12		13		14		15		16		17	
19		20		21		22		23		24	
				<ul style="list-style-type: none"> <li>● 白ごはん</li> <li>● サワラの西京焼き</li> <li>● 鶏唐南蛮</li> <li>● いんげん胡麻和え</li> <li>● キャベツの昆布和え</li> <li>● 切干大根煮</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 白ごはん</li> <li>● サバ竜田の葱塩ソース</li> <li>● きのこと厚揚げのソース炒め</li> <li>● 芋コロサラダ</li> <li>● ひじきの彩りナムル</li> <li>● ひとくちがんも煮</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● ごま昆布ごはん</li> <li>● ラタトゥイユ</li> <li>● 豆腐のそぼろあん</li> <li>● フロccoliりと大豆のピリ辛和え</li> <li>● 三色和え</li> <li>● きんぴらごぼう</li> </ul>		<p>お休み</p>	
				610kcal 4.3g		680kcal 3.3g		610kcal 2.6g			
26		27		28		29		30		31	
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 白ごはん</li> <li>● サバ竜田の葱塩ソース</li> <li>● きのこと厚揚げのソース炒め</li> <li>● 芋コロサラダ</li> <li>● ひじきの彩りナムル</li> <li>● ひとくちがんも煮</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 白ごはん</li> <li>● カレイと野菜のカレー風味</li> <li>● 豚スタミナ焼き</li> <li>● 根菜と豆のサラダ</li> <li>● 胡瓜の酢の物</li> <li>● 高野豆腐</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 白ごはん</li> <li>● ラタトゥイユ</li> <li>● 豆腐のそぼろあん</li> <li>● フロccoliりと大豆のピリ辛和え</li> <li>● 三色和え</li> <li>● きんぴらごぼう</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 白ごはん</li> <li>● サワラの西京焼き</li> <li>● 鶏唐南蛮</li> <li>● いんげん胡麻和え</li> <li>● キャベツの昆布和え</li> <li>● 切干大根煮</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>● わかめごはん</li> <li>● サバの塩麹焼き</li> <li>● 豚肉と夏野菜の味噌炒め</li> <li>● 長芋の梅風味</li> <li>● ほうれん草浸し</li> <li>● 大根煮</li> </ul>		<p>お休み</p>	
680kcal 3.3g		637kcal 2.8g		604kcal 2.3g		610kcal 4.3g		685kcal 3.0g			

ボリュームたっぷり  
別メニューあります！  
500円メニューのみ  
「管理栄養士のバランス弁当」回数券  
ご利用できます。

- ★鶏唐コンビ弁当 500円 950Kcal
- ★生姜焼き弁当 500円 800kcal
- ★豚カツ弁当 500円 899Kcal
- ★カツ玉丼 450円 768Kcal
- ★とり玉丼 450円 801Kcal
- ★カレーライス 430円 593Kcal

★750円弁当  
前日までにご注文下さい

- お米は滋賀県産近江米を使用。
- 食材の都合によりメニューの一部を変更させていただく場合があります。ご了承下さい。
- 食品衛生上、涼しい場所に保管の上、消費期限内にお召し上がりください。
- 電子レンジ対応の容器を使用しています。
- お弁当袋が必要な方は1枚5円いただきます。