



6月



順天堂大学さくらキャンパス店



月間メニュー表



SEVEN&i Food Systems

日付曜日	朝食	エネルギー 脂質 塩分				A定食	エネルギー 脂質 塩分				B定食	エネルギー 脂質 塩分				日替わり丼・カレー	エネルギー 脂質 塩分				週替わりカレー	エネルギー 脂質 塩分				日替わり和膳	エネルギー 脂質 塩分				日替わりパスタ	エネルギー 脂質 塩分				週替わり中華麺	エネルギー 脂質 塩分					
		kcal	g	g	g		kcal	g	g	g		kcal	g	g	g		kcal	g	g	g		kcal	g	g	g		kcal	g	g	g		kcal	g	g	g		kcal	g	g	g		
1 日						さわらの生煮風味あん	639	29.9	11.6	2.5	ビリ辛豚焼肉	769	21.1	31.1	2.9					ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1													味玉醤油つけ麺	468	20.3	9.4	6.4	
2 月	和風ハンバーグと大葉アジフライ	700	25.8	22.8	2.9	チキンソテー甘辛だれ	721	30.7	19.3	2.7	クリームコロッケトマトソース	933	17.6	39.6	2.6	豚バラの生煮焼き丼	756	21.4	28.5	3.4					冷やし山菜おろしうどん	314	10.0	1.0	5.1									汁なしビリ辛麻婆麺	651	23.3	25.1	5.3
3 火	アメリカンドッグと五目ご飯	795	25.5	27.1	5.7	豚しゃぶおろしソース	779	22.9	30.4	3.5	赤魚の唐揚げ黒酢タルタル	706	31.3	15.3	2.3					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2					帆立とナスのトマトスパゲティ	526	16.1	20.6	2.6	汁なしビリ辛麻婆麺	651	23.3	25.1	5.3				
4 水	揚げ出し豆腐と花レンコン	676	16.4	24.0	3.2		758	26.2	27.8	1.7	鶏の唐揚げ＆牛肉コロッケ	844	26.0	28.7	3.2	チキンカツデミグラスソースカレー	843	25.9	24.6	5.3					たぬきつねそば	454	15.5	8.7	5.7									汁なしビリ辛麻婆麺	651	23.3	25.1	5.3
5 木	銀ひらす西京焼き	671	31.0	19.0	2.5	豚肉の山椒炒め	780	21.3	30.8	2.6	カレーの唐揚げごまソース	644	25.6	14.3	2.6					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2					ベーコンとキャベツのペペロンチー	553	15.7	26.2	3.5	汁なしビリ辛麻婆麺	651	23.3	25.1	5.3				
6 金	えび餃子とシューマイ	535	14.8	9.6	3.4	豆腐ハンバーグ和風のごソース	701	24.6	16.9	3.9	厚切りハムカツと豚フライ	871	24.3	28.0	4.3	十勝風豚丼	739	28.5	19.5	3.5					きのこの唐揚げうどん	327	10.2	3.6	4.7									汁なしビリ辛麻婆麺	651	23.3	25.1	5.3
7 土	目玉焼きハンバーグ	674	24.8	20.8	2.7	イカの唐揚げ照り焼きソース	660	26.8	10.3	3.5	牛肉のスタミナ炒め	765	22.2	29.4	2.6					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2												汁なしビリ辛麻婆麺	651	23.3	25.1	5.3		
8 日						ぶりの金山寺味噌焼き	711	28.9	16.7	2.8	薄切りとんかつ	829	23.6	27.8	2.4					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2												汁なしビリ辛麻婆麺	651	23.3	25.1	5.3		
9 月	デニッシュ&スクランブルエッグ	804	19.0	43.8	3.6	銀ヒラスの塩焼焼き	543	23.6	7.9	1.4	聖地中津の塩唐揚げ	953	30.1	38.1	3.2	明太とろろ丼	566	20.5	7.7	4.0					ぶっかけごま風味うどん	533	19.5	23.6	3.1									鍋だしラーメン	430	17.7	10.7	5.8
10 火	チキントマトソースと海老カツ	692	33.3	23.3	2.3	アジの電田揚げ玉ねぎタルタル梅大葉添え	678	24.9	14.5	3.4	牛肉と舞茸の黒酢炒め	690	18.9	21.2	2.8					チキンカレー	677	19.3	19.5	2.9					海老ときのこのジェノベーゼ	524	20.5	21.1	2.6	鍋だしラーメン	430	17.7	10.7	5.8				
11 水	ホットドッグ	494	17.8	27.3	4.3	グリルチキンバター醤油ソース	799	29.7	31.1	2.6	エビフライ&イカフライ	929	22.1	38.7	3.4	葱チャーシュー丼	606	15.8	12.3	3.5					揚げごぼうのそば	405	10.1	6.7	4.9									鍋だしラーメン	430	17.7	10.7	5.8
12 木	スクランブルエッグ&唐揚げ	811	25.4	33.7	3.0	白身魚と厚揚げの唐揚げおろしソー	672	18.6	12.3	2.3	ハンバーグデミグラスソース	716	22.8	20.9	2.9					チキンカレー	677	19.3	19.5	2.9					梅しらすの和風スパゲティ	446	20.3	11.3	4.6	鍋だしラーメン	430	17.7	10.7	5.8				
13 金	目玉焼きとカレーコロッケ	670	14.1	19.9	2.3	赤魚のマヨ焼き	749	27.7	24.8	2.2	大分風とり天ぶら定食	956	32.2	38.8	3.4	中華丼	728	19.2	24.8	4.5					冷やしちくわ天うどん	637	14.5	26.6	5.3									鍋だしラーメン	430	17.7	10.7	5.8
14 土						タラの唐揚げユウリンチーソース	674	31.9	9.5	3.4	牛肉の甘辛コチジャン炒め	753	18.3	25.0	2.9					チキンカレー	677	19.3	19.5	2.9												鍋だしラーメン	430	17.7	10.7	5.8		
15 日						豆腐ハンバーグ トマトミートソー	727	26.5	19.9	3.2	ササミカツ	703	24.7	14.5	2.6					チキンカレー	677	19.3	19.5	2.9												【スポ麺】蒸し鶏白湯 順天	543	41.3	12.6	7.9		
16 月	チャーハンと餃子	643	15.8	24.0	5.1	チキンギリルだし醤油仕立て	670	30.2	15.3	2.7	ロールキャベツホワイトソース	714	16.0	20.2	4.1	たんばく質】さくらカレー	1110	53.1	51.9	4.0					冷やしなすの揚げだしとろろうど	419	10.2	10.2	6.0									ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
17 火	でりたまサンド	655	26.8	28.7	6.1	イカの唐揚げ柚子胡椒ソース	684	26.7	10.4	3.5	豚バラの生煮焼き	759	21.5	28.6	3.4					ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1					モッツアレラとナスのトマトスパゲ	550	18.6	21.9	2.7	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2				
18 水	パンケーキ&チキンシチュー	771	22.1	29.6	5.3	厚揚げの韓国風野菜炒め	814	30.3	27.8	3.9	鶏の梅大葉巻きカツと白身フライ	863	22.6	32.5	3.6	なす味噌丼	838	28.5	35.7	2.4					冷やし半熟卵のたぬきそば	449	16.4	10.5	4.7									ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
19 木	オムレツ&ウインナー	700	23.8	24.0	3.3	さわらの天ぶら胡麻だれソース	762	26.9	19.9	2.9	ハンバーグたまねぎソース	719	22.3	20.9	3.4					ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1					カルボナーラ	543	21.3	20.9	3.6	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2				
20 金	和風ハンバーグと大葉アジフライ	736	29.1	22.9	3.0	赤魚の照り焼き	588	27.7	5.9	2.5	油淋鶏（ユウリンチー）	819	30.5	25.4	4.0	甘海老入りかき揚げと野菜の天丼	963	14.9	40.6	2.6					フォーの汁なし混ぜ麺	429	15.0	22.2	2.2									ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
21 土						タラのグリル甘辛だれ	588	31.9	2.7	3.2	豚バラ肉と葱の金山寺味噌炒め	832	23.5	31.8	3.3					ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1												ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2		
22 日						サバの七味焼き	781	26.6	27.8	2.7	ヒレカツおろしポン酢	745	24.2	20.3	3.2					ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1												ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2		
23 月	アメリカンドッグと五目ご飯	865	25.1	29.6	5.0	豆腐ハンバーグおろしソース	692	24.2	16.7	3.4	回鍋肉	781	21.1	30.9	3.8	だし香る！梅しらす丼	542	20.1	9.4	4.2					冷やしなご山菜うどん	308	10.1		5.3									葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
24 火	揚げ出し豆腐と花レンコン	607	14.7	19.7	3.1	葱塩チキン	638	28.9	14.6	2.0	白身魚の電田揚げ黒酢タルタルソー	622	19.0	9.5	2.4					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2					エビとしらすのペペロンチーノ	514	19.7	20.2	3.3	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7				
25 水	銀ひらす西京焼き	678	28.9	21.9	2.5	さわらの葱味噌マヨ焼き	650	26.2	15.1	2.6	大葉チーズチキンカツ	730	27.6	15.1	2.9	塩焼肉丼	797	20.3	37.9	2.5					冷やし梅干入りそば	338	12.6	2.8	5.2									葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
26 木	えび餃子とシューマイ	584	18.3	9.8	3.5	豚しゃぶごまソース	771	21.1	32.3	2.6	デニッシュの特製ソースで仕込んだガーリックハンバーグ	854	22.8	30.3	3.7					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2					ナスと小松菜の和風スパゲティ	601	15.4	29.3	4.1	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7				
27 金	目玉焼きハンバーグ	618	23.4	17.7	2.6	四川麻婆春雨	752	16.9	21.4	3.0	ローズとんかつ	880	26.8	33.8	3.0	ガバオガイ〜鶏肉のバジル炒め	627	28.3	13.1	3.5					お蕎麦屋のカレーうどん	467	13.0	11.7	5.5									葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
28 土	デニッシュ&スクランブルエッグ	869	19.9	47.8	3.7	肉豆腐	754	23.8	22.6	4.6	鶏の唐揚げ	762	29.8	23.5	2.5					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2												葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7		
29 日						ぶりの照り焼き	679	27.5	16.0	2.5	チンジャオロース	623	24.0	12.0	2.4					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2												葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7		
30 月	チキントマトソースと海老カツ	707	33.5	23.4	2.3	さばの味噌煮	805	28.0	29.6	2.8	厚切りハムカツ&牛肉コロッケ	838	19.5	24.3	4.0	五目丼	632	28.9	10.5	3.2					冷やしなすの揚げだしと玉葱うどん	448	10.9	10.5	5.3									蒸し鶏の塩ラーメン	479	25.6	6.8	7.8

※材料の都合により、一部メニューを変更させていただく場合もございます。





6月



順天堂大学さくらキャンパス店



月間メニュー表



ひと皿に豊かな明日を

SEVEN&i Food Systems

	日付	曜日	啓友①	エネルギー タンパク質 脂質 塩分				啓友②	エネルギー タンパク質 脂質 塩分				週替わり中華麺	エネルギー タンパク質 脂質 塩分			
				kcal	g	g	g		kcal	g	g	g		kcal	g	g	g
1	1	日	目玉焼きハンバーグデミソース	871	26.4	27.2	3.2	たっぷり野菜の中華ご飯	788	20.9	22.1	3.7	味玉醤油つけ麺	468	20.3	9.4	6.4
2	2	月	ロースとんかつ	932	28.0	33.8	1.8	ローストチキンカレー	859	27.0	22.2	5.4	汁なしビリ辛麻辣麺	651	23.3	25.1	5.3
3	3	火	豚バラの生姜焼き	717	22.4	29.3	4.4	まぐろたたき丼	763	29.3	13.6	4.3	汁なしビリ辛麻辣麺	651	23.3	25.1	5.3
4	4	水	1／3日分の野菜が取れる麻婆野菜	725	17.7	15.3	3.4	豚肉ともやしのクッパ	724	19.8	17.7	8.0	汁なしビリ辛麻辣麺	651	23.3	25.1	5.3
5	5	木	牛すき焼き煮	849	27.6	22.9	5.3	焼き鳥と根菜入り鶏つくね丼	767	30.3	12.7	4.2	汁なしビリ辛麻辣麺	651	23.3	25.1	5.3
6	6	金	鶏もも一枚揚げユーリンチソース	1087	45.5	38.6	4.7	野菜たっぷり豚キムチ丼	846	23.2	30.3	3.1	汁なしビリ辛麻辣麺	651	23.3	25.1	5.3
7	7	土	ホッケ焼き梅大葉おろし添え	755	38.3	13.0	4.9	豚バラの金山寺辛味噌炒め丼	1073	30.3	48.1	4.8	汁なしビリ辛麻辣麺	651	23.3	25.1	5.3
8	8	日	チキンカツのみぞれ煮	864	25.1	24.4	3.6	おろしポン酢牛丼	945	26.9	31.9	6.5	汁なしビリ辛麻辣麺	651	23.3	25.1	5.3
9	9	月	豆腐ハンバーグコチュジャンソース	827	26.9	21.1	4.2	チキン竜田のタルタル丼	1167	30.1	49.2	5.3	鯛だしラーメン	430	17.7	10.7	5.8
10	10	火	鶏もも肉の唐揚げだし醤油おろし	1044	45.5	36.6	4.2	ローストポーク丼半熟玉子	741	28.0	17.1	3.8	鯛だしラーメン	430	17.7	10.7	5.8
11	11	水	白身魚の韓国風甘辛だれ＆コロッケ	892	24.9	22.2	2.8	豚すき丼	1003	27.9	37.6	5.7	鯛だしラーメン	430	17.7	10.7	5.8
12	12	木	生姜香る！鶏肉の和風あんかけ	824	38.3	17.7	3.3	薄切りかつのかつ煮風丼	916	28.4	23.7	4.1	鯛だしラーメン	430	17.7	10.7	5.8
13	13	金	ミックスフライ（メンチカツ・イカフライ・アジフライ）	1282	33.5	59.7	3.2	鶏の照り焼きとろろがけ丼	1016	47.0	30.6	3.4	鯛だしラーメン	430	17.7	10.7	5.8
14	14	土	B I Gチキンの黒酢仕立て	1074	64.4	30.1	3.9	和風ヒレカツ丼	812	22.9	20.1	2.7	鯛だしラーメン	430	17.7	10.7	5.8
15	15	日	豚しゃぶの梅だれがけ	1055	31.6	51.8	5.7	大葉チーズチキンカツ丼	800	29.3	15.4	3.5	【スポ麺】蒸し鶏白湯	543	41.3	12.6	7.9
16	16	月	豚肉と野菜の味噌炒め	907	25.6	37.8	2.4	エビフライ丼 ソースマヨ味	935	21.0	31.8	3.6	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
17	17	火	鶏の唐揚げ	840	31.2	23.7	2.5	吉野家牛丼【大盛】	1002	29.4	43.7	5.1	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
18	18	水	ロールキャベツホワイトソース	792	17.4	20.4	4.1	高菜めんたい丼	620	21.4	8.6	4.2	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
19	19	木	豆腐ハンバーグ和風きのこソース	779	26.0	17.1	3.9	豚肉きんぴら丼（半熟玉子）	862	26.2	27.1	3.0	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
20	20	金	牛すき焼き煮	849	27.6	22.9	5.3	ソースささみかつ丼	783	26.1	12.5	3.8	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
21	21	土	鶏むね肉の天ぷら柚子胡椒風味あん	1031	44.3	35.4	3.0	豚焼肉丼 マヨソースがけ	848	21.3	31.7	2.9	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
22	22	日	白身魚のヤンニョム和え	760	25.3	11.5	3.3	豚肉あんかけチャーハン	883	24.8	40.0	7.2	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
23	23	月	しょうが焼き	1044	28.2	47.2	3.2	とろとろ玉子の親子丼	741	22.1	14.2	4.0	味玉和風醤油ラーメン	486	20.9	10.2	9.5
24	24	火	味噌カツ	982	28.9	34.3	2.7	鶏照り丼	833	28.9	18.9	2.8	塩コーンラーメン	485	18.6	8.8	8.5
25	25	水	豆腐ハンバーグ野菜トマトソース	862	27.6	24.1	3.5	豚焼肉ビビンバ丼	783	20.4	23.5	3.5	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
26	26	木	牛肉と舞茸の黒酢炒め	768	20.3	21.4	2.8	焼き鳥と根菜入り鶏つくね丼	767	30.3	12.7	4.2	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
27	27	金	ホッケ焼き大根おろし添え	738	38.9	12.7	3.6	吉野家牛カレー	994	25.9	37.9	6.8	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
28	28	土	チキンシチュー	863	24.8	20.9	3.7	薄切りかつのかつ煮風丼	916	28.4	23.7	4.1	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
29	29	日	1／3日分の野菜が取れる麻婆野菜	725	17.7	15.3	3.4	ミニッツステーキ＆ロービー丼	696	27.7	13.5	2.5	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
30	30	月	鶏肉のねぎ塩レモンペッパーソース	952	40.3	30.8	3.4	豚玉丼	889	25.3	26.5	5.1	蒸し鶏の塩ラーメン	479	25.6	6.8	7.8

※材料の都合により、一部メニューを変更させていただく場合もございます。

