



4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 タン ル バク 脂質 塩分 ギー 鹽				エネ タン ル バク 脂質 塩分 ギー 鹽				エネ タン ル バク 脂質 塩分 ギー 鹽				エネ タン ル バク 脂質 塩分 ギー 鹽				エネ タン ル バク 脂質 塩分 ギー 鹽				エネ タン ル バク 脂質 塩分 ギー 鹽																						
		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 火						海鮮八宝菜	650	24.4	14.7	4.0	厚切りハムカツ＆牛肉コロッケ	838	19.5	24.3	4.0					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2					海老とブロッコリーのトマトスパ	495	19.3	15.6	2.7											
2 水						彩り野菜と鶏のオイスター炒め	613	18.3	10.5	3.2	クリームコロッケデミソース（カニ	918	17.8	37.8	2.5					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2	ほうとう風きしめん	463	14.2	12.7	7.5															
3 木						たっぷり野菜の豚焼肉	788	22.1	29.9	3.4	赤魚の唐揚げ和風ソース	707	31.8	15.2	3.1					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2					ツナおろし和風スパゲティ	556	20.7	22.5	4.1											
4 金	ホットドッグ	466	20.1	23.9	4.3		550	23.9	8.0	1.5	グリルチキン南蛮～オニタル	698	30.2	16.4	2.4	ロースかつデミグラスカレー	893	21.1	33.5	4.5					きつね餅うどん	398	12.6	4.3	6.7					肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0						
5 土						さばの味噌煮	805	28.0	29.6	2.8	ハンバーグおろしソース	720	22.4	20.9	3.4					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2											肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0					
6 日						照り焼きチキン	661	25.7	14.7	3.2	メンチカツと鰯フライ	972	24.9	39.5	3.8					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2											肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0					
7 月	パンケーキ＆チキンシチュー	811	21.0	32.9	5.7	ぶりの金山寺味噌焼き	711	28.9	16.7	2.8	豚キムチ炒め	748	20.7	28.9	2.6	焼き鳥と根菜入り鶏つくね丼	613	21.3	10.2	3.1					柚子塩きしめん	272	12.5	2.0	5.3					味噌バターコーンラーメン～北海	648	21.7	20.9	8.1						
8 火	オムレツ＆ウインナー	698	23.8	24.0	3.3	豆腐ハンバーグのチーズ焼き	721	27.1	19.1	2.9	長野風山賀揚げ	859	34.6	28.1	4.0					チキンカレー	677	19.3	19.5	2.9					ベーコンとキャベツのペペロンチーニ	553	15.7	26.2	3.5	味噌バターコーンラーメン～北海	648	21.7	20.9	8.1						
9 水	和風ハンバーグと大葉アジフライ	746	27.5	24.4	3.1	ガツツリ鶏野菜炒め	836	26.2	34.0	4.8	ごろっとイカメンチ＆エビフライ	777	23.3	20.4	3.7	だし香る！しらす丼	491	18.9	6.5	1.7					なすの揚げだしと玉葱天そば	460	11.4	10.5	6.6					味噌バターコーンラーメン～北海	648	21.7	20.9	8.1						
10 木	アメリカンドッグと五目ご飯	843	29.4	26.9	6.3	タラのカレーマヨ焼き	652	31.5	12.8	2.4	ヒレカツ	751	23.5	20.5	2.7					チキンカレー	677	19.3	19.5	2.9					ベーコンときのこのクリーミースパ	567	19.6	20.6	4.6	味噌バターコーンラーメン～北海	648	21.7	20.9	8.1						
11 金	チキンカツ煮	780	19.7	31.3	3.8	鶏つくねのあんかけ仕立て	678	22.9	9.4	4.1	サバの南蛮漬け	717	24.6	17.7	5.1	豚ばら味噌丼	873	21.2	37.3	3.6					豚汁うどん	587	18.4	17.6	7.0					味噌バターコーンラーメン～北海	648	21.7	20.9	8.1						
12 土						豚肉とタマネギのボン酢炒め	699	18.8	23.0	3.6	チキンカツ（熟成）	813	22.8	28.1	3.2					チキンカレー	677	19.3	19.5	2.9											味噌バターコーンラーメン～北海	648	21.7	20.9	8.1					
13 日						チキンの黒酢仕立て	792	34.9	23.1	3.8	四川麻婆豆腐	691	20.4	19.7	4.4					チキンカレー	677	19.3	19.5	2.9											【スゴ麺】蒸し鶏白湯 順天	543	41.3	12.6	7.9					
14 月	揚げ出し豆腐と花レモン	669	15.2	23.7	2.6	豚しゃぶおろしソース	779	22.9	30.4	3.5	赤魚の煮つけ～揚げ出し豆腐	704	31.2	9.6	5.3	愛媛風焼豚玉子丼	662	16.1	19.4	2.9					帆立の五目きしめん	350	14.0	3.0	8.7					甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2						
15 火	銀ひらす西京焼き	559	28.3	13.3	2.8	豆腐と野菜の揚げだし	857	19.9	21.5	3.4	デニーズの特製ソースで仕込んだ	752	22.0	22.5	3.3					ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1					海老のトマトクリーミースパゲティ	710	21.6	35.1	2.8	甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2						
16 水	えび餃子と紅あずま芋の甘露煮	594	12.3	7.6	3.0	サバの塩焼き	758	26.2	27.8	1.7	鶏の唐揚げ＆牛肉コロッケ	822	25.0	27.8	3.1	たんぱく質】さくらカレー 順天	1074	50.9	51.0	3.0					たっぷり葱の肉味噌そば	457	14.5	13.1	6.1					甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2						
17 木	目玉焼きハンバーグ	606	22.9	10.0	2.6	豆腐ハンバーグと風きのこソース	701	24.6	16.9	3.9	ヒリ辛豚焼肉	769	21.1	31.1	2.9					ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1					ナスとブロッコリーのボロネーゼ	639	20.8	28.1	4.1	甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2						
18 金	デニッシュ＆スクランブルエッグ	833	23.6	49.2	3.8	チキンソテー辛だれ	655	26.0	15.1	3.0	クリームコロッケトマト（カニ入り）	933	17.6	39.6	2.6	十勝風 豚丼	703	26.3	18.6	2.5					彩ビビンバ風ぶっかけうどん	397	16.8	7.3	3.3					甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2						
19 土						鶏肉とほうれん草のクリーム煮	707	24.5	18.0	3.2	白身魚フライと薄切りかつ	902	26.0	33.2	3.0					ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1											甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2					
20 日						豚ロース生姜焼き	741	28.1	21.9	3.4	白身魚の衣揚げヒリ辛おろしポン酢	723	22.4	18.6	3.7					ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1											甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2					
21 月	チキントマソースと海老カツ	677	28.7	17.9	2.1	白身魚とたっぷり野菜の白だ	600	19.6	9.2	2.4	豚肉の山椒炒め	780	21.3	30.8	2.6	鶏そぼろの月見丼	739	36.6	16.3	3.0					梅干入りきしめん	296	11.0	2.8	5.4					鎮江香酢の豆乳冷やし中華	468	32.4	8.9	3.7						
22 火	えび餃子と紅あずま芋の甘露煮	613	14.0	10.5	2.5	タンドリーチキン	657	30.3	14.3	2.1	カレイ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					海老とアボカドのトマトスパゲティ	538	19.2	20.3	2.7	鎮江香酢の豆乳冷やし中華	468	32.4	8.9	3.7						
23 水	ホットドッグ	387	15.6	22.7	2.4	鰯の柚子胡椒みぞれたれ	631	24.2	13.6	1.7	牛肉のスマミナ炒め	765	22.2	29.4	2.6	【膳活】豚肉の塩麹炒め＆十六穀ご	714	21.1	30.3	3.0					ねばねばそば	334	10.7		6.0					ボンゴレビアンコ	533	17.0	23.5	3.3	鎮江香酢の豆乳冷やし中華	468	32.4	8.9	3.7	
24 木	銀ひらす塩麹焼き	586	30.2	11.4	3.1	グリルチキンバーレ油ソース	837	34.5	35.1	2.9	たらの唐揚げ鎮江香酢ソース	677	36.1	10.8	4.1					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2											ボンゴレビアンコ	533	17.0	23.5	3.3	鎮江香酢の豆乳冷やし中華	468	32.4	8.9	3.7
25 金	スクランブルエッグ＆唐揚げ	756	22.3	30.4	2.6	さわらの生姜風味あん	639	29.9	11.6	2.5	薄切りんかつ	829	23.6	27.8	2.4	ボン酢とリ天丼	811	27.9	30.5	2.2					ぶっかけごま風味うどん	533	19.5	23.6	3.1					鎮江香酢の豆乳冷やし中華	468	32.4	8.9	3.7						
26 土						赤魚のマヨ焼き	749	27.7	24.8	2.2	牛肉と舞茸の黒酢炒め	690	18.9	21.2	2.8					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2											鎮江香酢の豆乳冷やし中華	468	32.4	8.9	3.7					
27 日						豚ロースしゃぶごまソース	697	27.7	17.7	2.4	イカの唐揚げ照り焼きソース	660	26.8	10.3	3.5					ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2											鎮江香酢の豆乳冷やし中華	468	32.4	8.9	3.7					
28 月	サバの塩焼き	852	33.5	42.5	4.4	鰯の塩焼き大根おろし添え	587	23.4	11.0	1.8	デニーズの特製ソースで仕込んだ	854	22.8	30.3	3.7	豚チャーシュー丼	570	13.6	11.4	2.5					きしめんの明太子和え	317	9.8	9.6	2.7					塩タンメン	533	20.0	13.9	7.9						
# 火	目玉焼きとカレーコロッケ	668	14.1	19.9	2.3	銀ヒラスの塩麹焼き	543	23.6	7.9	1.4	鶏ささみフリッタ－野菜トマ	621	23.3	9.7	2.4					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	塩タンメン	533	20.0	13.9	7.9						
# 水	チャーハンと餃子	697	17.3	28.2	5.2	バランス】アジの竜田揚げ葱香	684	23.4	13.2	2.5	牛肉の甘辛コティジョン炒め	753	18.3	25.0	2.9	鶏つくねの和風コモコ丼	551	16.1	4.1	2.6					揚げごぼうのそば	405	10.1	6.7	4.9					塩タンメン	533	20.0	13.9	7.9						

※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。





4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	火															
2	水															
3	木															
4	金	海鮮ミックスフライ エビイカ白身	985	25.6	48.5	4.2	豚バラ生姜焼きのせチャーハン	914	25.8	42.4	6.6	肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0
5	土	豚しゃぶたまねぎソース	832	23.7	30.0	2.2	チキン竜田のタルタル丼	1167	30.1	49.2	5.3	肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0
6	日	チキン南蛮～宮崎風	1083	33.6	41.7	3.4	肉増し牛丼（半熟玉子添え）	1013	32.8	37.8	5.5	肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0
7	月	グリルチキンのバルサミコソース	798	27.2	18.6	2.5	まぐろたたき丼	725	25.6	11.3	4.2	味噌バターコーンラーメン～北海道	648	21.7	20.9	8.1
8	火	牛肉の辛味噌炒め	957	28.0	40.7	4.1	薄切りかつスパイシーカレー	933	23.2	34.3	5.4	味噌バターコーンラーメン～北海道	648	21.7	20.9	8.1
9	水	ササミカツとクリームコロッケ	1080	30.4	41.3	2.5	ローストビーフのビビンバ丼半熟	693	25.1	13.0	3.6	味噌バターコーンラーメン～北海道	648	21.7	20.9	8.1
10	木	揚げだし豆腐の牛すき焼き煮	888	23.7	28.0	3.5	鶏肉山かけ丼	825	32.3	18.1	3.3	味噌バターコーンラーメン～北海道	648	21.7	20.9	8.1
11	金	牛肉の韓国風ピリ辛炒め	882	24.0	34.3	2.8	麻婆チャーハン	856	25.2	33.8	7.2	味噌バターコーンラーメン～北海道	648	21.7	20.9	8.1
12	土	牛すき焼き煮	849	27.6	22.9	5.3	油淋鶏丼	970	37.7	31.2	4.6	味噌バターコーンラーメン～北海道	648	21.7	20.9	8.1
13	日	チキンカツ醤油甘だれタルタルソース	969	25.3	33.2	3.8	大盛り鶏照丼	833	28.9	18.9	2.8	味噌バターコーンラーメン～北海道	648	21.7	20.9	8.1
14	月	豚しゃぶ葉味ソース（山椒味）	858	22.8	32.5	2.7	ローストポークの肉ちらし丼	728	23.3	13.4	5.0	甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2
15	火	インド風タンドリーチキン	826	36.7	24.0	2.6	とろとろ玉子のオムハヤシ	790	19.9	24.4	2.7	甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2
16	水	韓国風豚焼肉炒めキムチ添え	1155	32.8	56.6	3.9	ミニッツステーキ＆ロービー丼	696	27.7	13.5	2.5	甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2
17	木	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	甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2
18	金	ロースとんかつ	935	28.1	34.0	1.9	オムカレー	782	16.5	19.2	5.0	甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2
19	土	豚バラの生姜焼き	837	22.9	28.8	3.4	豚肉ともやしのクッパ	724	19.8	17.7	8.0	甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2
20	日	1／3日分の野菜が取れる麻婆野菜	725	17.7	15.3	3.4	まぐろたたき丼	725	25.6	11.3	4.2	甘海老入りかき揚げ中華そば	875	17.3	47.0	8.2
21	月	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	727	24.9	11.3	4.1	鎮江香酢の豆乳冷やし中華	461	31.1	8.9	3.7
22	火	鶏もも一枚揚げユーリンチーソー	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	鎮江香酢の豆乳冷やし中華	461	31.1	8.9	3.7
23	水	ホッケ焼き梅大葉おろし添え	771	39.6	13.1	4.9	豚バラの金山寺辛味噌炒め丼	1073	30.3	48.1	4.8	鎮江香酢の豆乳冷やし中華	461	31.1	8.9	3.7
24	木	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	842	22.5	21.8	6.5	鎮江香酢の豆乳冷やし中華	461	31.1	8.9	3.7
25	金	豆腐ハンバーグコチュジャンソース	1009	29.2	33.6	4.6	チキン竜田のタルタル丼	1167	30.1	49.2	5.3	鎮江香酢の豆乳冷やし中華	461	31.1	8.9	3.7
26	土	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	746	30.6	16.3	4.9	鎮江香酢の豆乳冷やし中華	461	31.1	8.9	3.7
27	日	ミックスフライ（メンチイカアジ）	1282	33.5	59.7	3.2	豚すき丼	1003	27.9	37.6	5.7	鎮江香酢の豆乳冷やし中華	461	31.1	8.9	3.7
28	月	生姜香る！鶏肉の和風あんかけ	751	27.7	15.0	3.5	薄切りかつのかつ煮風丼	916	28.4	23.7	4.1	塩タンメン	533	20.0	13.9	7.9
29	火	白身魚の韓国風甘辛だれ＆コロッケ	892	24.9	22.2	2.8	鶏の照り焼きとろろがけ丼	1016	47.0	30.6	3.4	塩タンメン	533	20.0	13.9	7.9
30	水	BIG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	塩タンメン	533	20.0	13.9	7.9

※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。

