



9月



順天堂大学さくらキャンパス店



月間メニュー表

日付	曜日	朝食				A定食				B定食				日替わり丼・カレー				週替わりカレー				日替わり和膳				日替わりパスタ				週替わり中華麺						
		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	月					グリルチキンバター醤油ソース	799	29.7	31.1	2.6	薄切りとんかつ	829	23.6	27.8	2.4			チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9	完熟トマトドレッシングのサラダ 冷やしそば	585	22.9	21.8	3.4									
2	火					白身魚の天ぷら黒酢タルタルソース	694	20.6	14.7	2.7	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	620	20.8	13.7	2.9							味玉とんこつ醤油ラーメン	642	23.0	27.4	8.3			
3	水					銀ヒラスの塩麹焼き	543	23.6	7.9	1.4	回鍋肉	781	21.1	30.9	3.3			チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9	冷やし揚げごぼうのうどん	431	11	5.1	3.5									
4	木					肉豆腐	754	23.8	22.6	4.6	チンズー鶏唐揚げ	826	30.2	25.7	3.6			チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9							味玉とんこつ醤油ラーメン	642	23.0	27.4	8.3			
5	金					アジの南蛮漬け	651	23.0	9.9	5.5	豚バラ肉と葱の金山寺味噌炒め	832	23.5	31.8	3.3			チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9	きしめんの明太子和え	317	9.8	9.6	2.7									
6	土					赤魚の照り焼き	604	31.9	6.2	2.7	ピリ辛豚焼肉	769	21.1	31.1	2.9			チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9							味玉とんこつ醤油ラーメン	642	23.0	27.4	8.3			
7	日					さわらの天ぷら胡麻だれソース	762	26.9	19.9	2.9	豚ロース生姜焼き	741	28.1	21.9	3.4			チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9							味玉とんこつ醤油ラーメン	642	23.0	27.4	8.3			
8	月					豆腐ハンバーグおろしソース	694	24.2	16.7	3.4	ごろっとイカメンチ&エビフライ	742	20.8	19.9	3.4			ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1	冷やしなすの揚げだしとろろ うどん	419	10	10	6									
9	火					鶏肉のカレー風味焼き	765	31.0	20.1	2.8	ロールキャベツトマトソース	684	14.8	19.2	3.5			ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1							味玉白湯ラーメン	545	22.4	17.2	8.6			
10	水					イカの唐揚げ照り焼きソース	660	26.8	10.3	3.5	豚しゃぶおろしポン酢ソース	756	23.2	29.4	3.7			ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1	冷やしちくわ天そば	637	15	27	5.3									
11	木					タラのグリル甘辛だれ	588	31.9	2.7	3.2	油淋鶏	819	30.5	25.4	4.0			ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1							味玉白湯ラーメン	545	22.4	17.2	8.6			
12	金					恵塩チキン	638	28.9	14.6	2.0	牛肉のスタミナ炒め	765	22.2	29.4	2.6			ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1	キムチビビンバ風ぶっかけうどん	388	15	7.1	3.6									
13	土					厚揚げの韓国風野菜炒め	814	30.3	27.8	3.9	ヒレカツおろしポン酢ソース	749	24.3	20.3	3.3			ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1							味玉白湯ラーメン	545	22.4	17.2	8.6			
14	日					白身魚の衣揚げトマトソース	676	21.4	15.0	2.5	豚キムチ炒め	748	20.7	28.9	2.6			ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1							味玉白湯ラーメン	545	22.4	17.2	8.6			
15	月					蛸の塩焼き大根おろし添え	591	23.5	11.0	1.9	ロースとんかつ	880	26.8	33.8	3.0			ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2	お蕎麦屋のカレーうどん	467	13	12	5.5									
16	火	スクランブルエッグ&唐揚げ	690	21.3	26.3	2.4	白身魚の磯部揚げ 黒酢タルタルソース	720	22.8	16.2	2.7	鶏つくねのあんかけ仕立て	682	23.0	9.4	4.2			ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2				海老としらすのペロンチーノ	462	17.6	18.6	3.2	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
17	水	オムレツ&ウインナー	671	23.4	21.9	2.8	赤魚の煮つけ	673	33.2	6.2	5.5	厚切りハムカツ&牛肉コロッケ	838	19.5	24.3	4.0	鶏そぼろと野菜のビビンバ	655	28.8	14.5	3.0				梅干入り五目そば	338	13	2.8	5.2			ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
18	木	和風ハンバーグと大葉アジフライ	630	23.5	13.3	2.6	豆腐と野菜の揚げだし	733	16.8	20.7	3.1	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				明太子スバゲティ	381	15.5	10.1	3.2	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
19	金	目玉焼きハンバーグ	512	17.8	8.1	2.2	白身魚の天ぷらと厚揚げの おろしソース	692	21.8	16.0	2.5	豚しゃぶごまソース	771	21.1	32.3	2.6	だし香る！ねぎまぐろ丼	664	25.4	15.2	3.5				豚肉と舞茸の釜揚げうどん	452	15	14	6.8			ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
20	土	ホットドッグ	446	17.8	22.8	3.1	彩り野菜と鶏のオイスター炒め	585	21.0	7.2	3.2	クリームコロッケデミソース (カニ入り)	918	17.8	37.8	2.5			ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2							ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2		
21	日	ぶりの照り焼き	692	27.5	20.0	2.6	四川麻婆春雨	752	16.9	21.4	3.0	大葉チーズチキンカツ	730	27.6	15.1	2.9			ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2							蒸し鶏白湯	543	41.3	12.6	7.9		
22	月	スクランブルエッグ&唐揚げ	705	21.5	26.4	2.4	さばの味噌煮	807	28.3	29.7	2.9	京都風七味山椒鶏唐揚げ	729	29.4	19.6	3.0	さくらカレー	1074	50.9	51.0	3.0				鯛だしうどん	341	16	3.6	5			肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0
23	火	サバの塩焼き	640	23.5	22.3	1.8	かれいの唐揚げ和風おろしソース	736	28.0	19.4	3.2	デニースの特製ソースで仕込んだ ガーリックハンバーグ	797	22.0	28.0	3.7			チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9							肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0		
24	水	チャーハンと餃子	718	18.7	28.6	4.4	チキンチーズ焼きトマトソース	721	33.4	19.2	2.3	ごろっとイカメンチ&エビフライ	742	20.8	19.9	3.4	徳島ラーメン丼〜豚骨醤油ラーメン	923	32.7	45.6	4.3				きつねそば	374	13	5	6.7			肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0
25	木	てりたまサンド	603	28.5	19.7	4.8	銀ひらすの西京焼き	549	23.6	8.0	1.5	牛肉と舞茸の黒酢炒め	676	18.7	21.2	2.6			チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9				海老ときのこのジェノベーゼ	494	19.3	21.0	2.5	肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0
26	金	スクランブルエッグ&唐揚げ	692	21.3	26.3	2.4	イカの唐揚げ甘辛ソース	659	26.9	10.4	3.5	豚ロースねぎ塩ペッパーソース	716	28.0	21.0	4.2	和風ガバオライス 鶏と大葉の炒め物	600	32.2	12.5	3.0				かき揚げうどん	619	11	29	5.9			肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0
27	土	オムレツ&ウインナー	671	23.4	21.9	2.8	豆腐ハンバーグトマトソース	727	26.5	19.9	3.2	メンチカツと豚フライ	953	24.9	36.4	3.8			チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9							肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0		
28	日	和風ハンバーグと大葉アジフライ	637	21.4	16.2	2.6	タラの唐揚げユウリンチソース	674	31.9	9.5	3.4	豚肉とタマネギのポン酢炒め	699	18.8	23.0	3.6			チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9							肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0		
29	月	目玉焼きハンバーグ	525	18.0	8.2	2.2	グリルチキンのごまソース	763	30.7	23.8	2.4	ロールキャベツホワイトソース	714	16.0	20.2	4.1	鶏肉ときのこのカレー	673	22.2	14.9	3.9				たぬきつねうどん	454	16	8.7	5.7			味噌バターラーメン	633	22.7	22.3	8.0
30	火	ホットドッグ	388	16.4	19.7	3.0	さわらの恵味噌マヨ焼き	650	26.2	15.1	2.6	ヒレカツ	751	23.5	20.5	2.7			ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1				ベーコンときのこのクリームスバゲティ	537	18.4	20.5	4.5	味噌バターラーメン	633	22.7	22.3	8.0

※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。





9月



順天堂大学さくらキャンパス店



月間メニュー表

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	月	鶏もも肉の唐揚げだし醤油おろし	1048	45.7	36.6	4.3	ローストポーク丼半熟玉子	741	28.0	17.1	3.8	味玉とんこつ醤油ラーメン	642	23.0	27.4	8.3
2	火	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	948	28.8	27.2	3.8	味玉とんこつ醤油ラーメン	642	23.0	27.4	8.3
3	水	ミックスフライ（メンチ・エビ・アジ）	1100	28.8	43.6	2.9	吉野家牛丼	1038	31.6	44.6	6.1	味玉とんこつ醤油ラーメン	642	23.0	27.4	8.3
4	木	白身魚の韓国風甘辛だれ＆コロケ	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	味玉とんこつ醤油ラーメン	642	23.0	27.4	8.3
5	金	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	818	23.1	20.2	2.8	味玉とんこつ醤油ラーメン	642	23.0	27.4	8.3
6	土	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	804	29.4	15.4	3.6	味玉とんこつ醤油ラーメン	642	23.0	27.4	8.3
7	日	鶏天〜ごま香るポン酢ソース	1064	34.4	39.6	4.6	高菜めんたい丼	620	21.4	8.6	4.2	味玉とんこつ醤油ラーメン	642	23.0	27.4	8.3
8	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	味玉白湯ラーメン	545	22.4	17.2	8.6
9	火	チキンカツ醤油甘だれタルタルソース	969	25.3	33.2	3.8	豚肉あんかけチャーハン	883	24.8	40.0	7.2	味玉白湯ラーメン	545	22.4	17.2	8.6
10	水	豆腐ハンバーグ和風きのこソース	779	26.0	17.1	3.9	とろとろ玉子の親子丼	745	25.7	14.4	3.7	味玉白湯ラーメン	545	22.4	17.2	8.6
11	木	鶏の天ぷら柚子胡椒風味あん	1101	40.1	44.3	3.3	豚焼肉丼 マヨソースがけ	848	21.3	31.7	2.9	味玉白湯ラーメン	545	22.4	17.2	8.6
12	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	味玉白湯ラーメン	545	22.4	17.2	8.6
13	土	白身魚のヤンニョム和え	828	25.9	16.8	3.5	豚肉きんぴら丼（半熟玉子）	862	26.2	27.1	3.0	味玉白湯ラーメン	545	22.4	17.2	8.6
14	日	チキンシチュー	786	23.7	15.9	2.7	薄切りかつのかつ煮風丼	948	28.8	27.2	3.8	味玉白湯ラーメン	545	22.4	17.2	8.6
15	月	豚塩焼肉	902	23.1	39.6	2.7	大盛り鶏照丼	742	31.3	9.7	2.8	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
16	火	味噌カツ	982	28.9	34.3	2.7	吉野家牛カレー	994	25.9	37.9	6.8	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
17	水	ホッケ焼き大根おろし添え	742	39.0	12.7	3.7	たっぷり野菜の中華ご飯	752	18.3	19.5	3.5	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
18	木	しょうが焼き	1044	28.2	47.2	3.2	ミニッツステーキ＆ロービー丼	696	27.7	13.5	2.5	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
19	金	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	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
20	土	1／3日分の野菜が取れる麻婆野菜	725	17.7	15.3	3.4	鶏の唐揚げ丼	1034	39.8	34.2	5.7	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
21	日	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	ワンタン麺	475	19.4	5.6	8.2
22	月	豚ロース塩麹焼き	817	28.9	22.4	2.2	焼き鳥と根菜入り鶏つくね丼	767	30.3	12.7	4.2	肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0
23	火	ピリ辛焼肉	925	25.2	36.7	3.7	鶏天おろし丼	1057	33.7	38.6	2.8	肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0
24	水	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
25	木	フライ（エビ・イカメンチ・白身魚）	1057	29.6	38.0	4.6	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
26	金	チキン南蛮〜宮崎風	1083	33.6	41.7	3.4	ローストビーフのビビンバ丼半熟玉子	693	25.1	13.0	3.6	肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0
27	土	牛肉の辛味噌炒め	957	28.0	40.7	4.1	オムカレー	740	17.3	19.9	6.0	肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0
28	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	まぐろたたき丼	763	29.3	13.6	4.3	肉味噌ラーメン	685	24.9	28.1	9.0
29	月	ササミカツとクリームコロケ（カニ入り）	1080	30.4	41.3	2.5	鶏の照り焼き山かけ丼	859	33.8	19.3	3.3	味噌バターラーメン	633	22.7	22.3	8.0
30	火	揚げだし豆腐の牛すき焼き煮	888	23.7	28.0	3.5	吉野家牛から丼	1055	36.9	44.6	5.1	味噌バターラーメン	633	22.7	22.3	8.0

※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。

