



8月



順天堂大学さくらキャンパス店



日付曜日		A定食	エネ ル バク ギー 脂質 塩分				B定食	エネ ル バク ギー 脂質 塩分				選替わりカレー	エネ ル バク ギー 脂質 塩分				日替わり和麺	エネ ル バク ギー 脂質 塩分				選替わり中華麺	エネ ル バク 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
1	金	イカの唐揚げ柚子胡椒ソース	684	26.7	10.4	3.5	ロールキャベツホワイトソース	714	16.0	20.2	4.1	ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1	なすの揚げだしととうろうどん	431	10.7	10.2	7.3					
2	土	チキングリルだし醤油仕立て	670	30.2	15.3	2.7	豚バラの生姜焼き	759	21.5	28.6	3.4	ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1						八王子ラーメン	517	21.6	12.5	9.8
3	日	さわらの天ぷら胡麻だれソース	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						八王子ラーメン	517	21.6	12.5	9.8
4	月	赤魚のクリームバジルソース	652	27.3	15.4	2.9	ヒレカツおろしポン酢ソース	745	24.2	20.3	3.2	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2	たっぷり野菜の和風ちゃんぽんうどん	445	17.2	14.6	6.0					
5	火	葱塩チキン	638	28.9	14.6	2.0	豚バラ肉と葱の金山寺味噌炒め	832	23.5	31.8	3.3	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2						鯖だし冷やしスープラーメン	440	18.8	6.8	6.7
6	水	厚揚げの韓国風野菜炒め	814	30.3	27.8	3.9	新潟風鶏の唐揚げカレー味	795	30.2	25.2	3.0	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2	たっぷり葱の冷やし肉味噌うどん	445	14.0	13.1	4.8					
7	木	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	3.3	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2						鯖だし冷やしスープラーメン	440	18.8	6.8	6.7
8	金	タラのグリル甘辛だれ	588	31.9	2.7	3.2	豚しゃぶごまソース	771	21.1	32.3	2.6	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2	冷やしなめこ山菜そば	308	10.1		5.3					
9	土	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	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2						鯖だし冷やしスープラーメン	440	18.8	6.8	6.7
10	日	四川麻婆春雨	752	16.9	21.4	3.0	ハンバーグトマトミートソース	767	24.7	25.1	3.4	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2						鯖だし冷やしスープラーメン	440	18.8	6.8	6.7
11	月	ぶりの照り焼き	587	27.2	7.0	2.5	ロースとんかつ	880	26.8	33.8	3.0	チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9	梅干入り五目うどん	338	12.6	2.8	5.2					
12	火	白身魚の天ぷら黒酢タルタルソース	694	20.6	14.7	2.7	チンジャオロース	623	24.0	12.0	2.4	チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9						葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
13	水	肉豆腐	754	23.8	22.6	4.6	油淋鶏	819	30.5	25.4	4.0	チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9	冷やしとろろと半熟卵のそば	387	15.9	6.1	4.4					
14	木	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	チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9						葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
15	金	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)	918	17.8	37.8	2.5	チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9	きつね餅うどん	374	12.6	5.0	6.7					
16	土	銀ひらすの西京焼き	549	23.6	8.0	1.5	たっぷり野菜の豚焼肉	788	22.1	29.9	3.4	チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9						葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
17	日	赤魚の唐揚げ和風ソース	707	31.8	15.2	3.1	豚ロースねぎ塩ペーパーソース	716	28.0	21.0	4.2	チキンカレー	620	20.8	13.7	2.9						葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
18	月	照り焼きチキン	734	30.6	18.9	3.2	メンチカツと鰻フライ	953	24.9	36.4	3.8	ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1	冷やし鶏天うどん	516	20.5	15.1	4.6					
19	火	イカの唐揚げ甘辛ソース	659	26.9	10.4	3.5	ハンバーグおろしソース	720	22.4	20.9	3.4	ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1						チャーシュー麺	506	19.8	13.7	8.0
20	水	鮭の塩焼き大根おろし添え	587	23.4	11.0	1.8	鶏キムチ炒め	748	20.7	28.9	2.6	ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1	冷やしなすの揚げだしと玉葱天そば	448	10.9	10.5	5.3					
21	木	さばの味噌煮	805	28.0	29.6	2.8	チキンカツ完熟トマトドレッシング	898	24.7	36.6	3.3	ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1						チャーシュー麺	506	19.8	13.7	8.0
22	金	グリルチキンのごまソース	763	30.7	23.8	2.4	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	冷たい蒸し鶏のフォー	245	12.0	2.1	4.0					
23	土	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	ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1						チャーシュー麺	506	19.8	13.7	8.0
24	日	白身魚の衣揚げピリ辛おろしポン酢	723	22.4	18.6	3.7	鶏つくねのあんかけ仕立て	678	22.9	9.4	4.1	ビーフカレー	679	14.3	22.4	3.1						【スボ麺】蒸し鶏白湯 順天	543	41.3	12.6	7.9
25	月	豆腐ハンバーグ和風きのこソース	701	24.6	16.9	3.9	ロールキャベツトマトソース	684	14.8	19.2	3.5	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2	冷やしかき揚げそば	612	10.5	29.0	4.6					
26	火	インド風タンドリーチキン	706	30.5	19.7	2.5	豚肉とタマネギのポン酢炒め	699	18.8	23.0	3.6	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2						とんこつ塩つけ麺	521	18.0	16.0	6.1
27	水	鶏肉とほうれん草のクリーム煮	653	25.9	12.5	3.2	白身魚フライと薄切りかつ	902	26.0	33.2	3.0	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2	半熟玉子の肉味噌うどん	515	20.3	18.3	6.3					
28	木	サバの竜田揚げトマトマリネソース	718	20.7	22.4	1.9	ハンバーグ照り焼きソース	734	22.9	20.4	3.8	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2						とんこつ塩つけ麺	521	18.0	16.0	6.1
29	金	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 (カニ)	933	17.6	39.6	2.6	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2	帆立の冷やし五目きしめん	338	13.5	3.0	7.4					
30	土	四川麻婆豆腐	790	28.5	27.6	4.6	豚ロース生姜焼き	741	28.1	21.9	3.4	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2						とんこつ塩つけ麺	521	18.0	16.0	6.1
31	日	豆腐と野菜の揚げだし	857	19.9	21.5	3.4	ピリ辛豚焼肉	769	21.1	31.1	2.9	ポークカレー	690	14.1	22.9	3.2						とんこつ塩つけ麺	521	18.0	16.0	6.1

※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。





8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	金	鶏天〜ごま香るボン酢ソース	1060	34.3	39.6	4.5	吉野家牛丼	1038	31.6	44.6	6.1	八王子ラーメン	517	21.6	12.5	9.8
2	土	味噌カツ	982	28.9	34.3	2.7	高菜めんたい丼	620	21.4	8.6	4.2	八王子ラーメン	517	21.6	12.5	9.8
3	日	白身魚のヤンニョム和え	760	25.3	11.5	3.3	豚肉きんぴら丼	862	26.2	27.1	3.0	八王子ラーメン	517	21.6	12.5	9.8
4	月	鶏むね肉の天ぷら柚子胡椒風味あん	1031	44.3	35.4	3.0	豚肉あんかけチャーハン	883	24.8	40.0	7.2	鯛だし冷やしスープラーメン	440	18.8	6.8	6.7
5	火	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	鯛だし冷やしスープラーメン	440	18.8	6.8	6.7
6	水	豆腐ハンバーグ和風きのこソース	779	26.0	17.1	3.9	豚焼肉丼 マヨソースがけ	848	21.3	31.7	2.9	鯛だし冷やしスープラーメン	440	18.8	6.8	6.7
7	木	ロールキャベツホワイトソース	792	17.4	20.4	4.1	とろとろ玉子の親子丼	745	25.7	14.4	3.7	鯛だし冷やしスープラーメン	440	18.8	6.8	6.7
8	金	ホッケ焼き大根おろし添え	738	38.9	12.7	3.6	大盛り鶏照丼	742	31.3	9.7	2.8	鯛だし冷やしスープラーメン	440	18.8	6.8	6.7
9	土	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	鯛だし冷やしスープラーメン	440	18.8	6.8	6.7
10	日	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	鯛だし冷やしスープラーメン	440	18.8	6.8	6.7
11	月	豚塩焼肉	902	23.1	39.6	2.7	吉野家牛から丼	1055	36.9	44.6	5.1	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
12	火	チキンシチュー	822	25.9	16.8	3.7	薄切りかつのかつ煮風丼	948	28.8	27.2	3.8	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
13	水	1／3日分の野菜が取れる麻婆野菜	725	17.7	15.3	3.4	焼き鳥と根菜入り鶏つくね丼	829	36.7	16.5	4.2	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
14	木	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	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
15	金	豚肉の山椒炒め	738	22.2	31.5	3.6	若鶏むね肉の唐揚げ丼	949	38.7	26.7	5.4	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
16	土	牛肉の辛味噌炒め	957	28.0	40.7	4.1	鶏天おろし丼	1053	33.6	38.6	2.7	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
17	日	海鮮ミックスフライ (エビイカ白身)	1141	28.3	48.9	4.2	豚バラ生姜焼きのせチャーハン	914	25.8	42.4	6.6	葱ごま味噌ラーメン	558	20.6	17.1	8.7
18	月	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	チャーシュー麺	506	19.8	13.7	8.0
19	火	チキン南蛮〜宮崎風	1083	33.6	41.7	3.4	オムカレー	740	17.3	19.9	6.0	チャーシュー麺	506	19.8	13.7	8.0
20	水	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	チャーシュー麺	506	19.8	13.7	8.0
21	木	ビリ辛焼肉	925	25.2	36.7	3.7	】おろしボン酢の唐揚げ丼	862	32.6	23.6	5.0	チャーシュー麺	506	19.8	13.7	8.0
22	金	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玉子	693	25.1	13.0	3.6	チャーシュー麺	506	19.8	13.7	8.0
23	土	揚げだし豆腐の牛すき焼き煮	888	23.7	28.0	3.5	鶏の照り焼き山かけ丼	859	33.8	19.3	3.3	チャーシュー麺	506	19.8	13.7	8.0
24	日	鶏天〜ごま香るボン酢ソース	1060	34.3	39.6	4.5	麻婆チャーハン	856	25.2	33.8	7.2	チャーシュー麺	506	19.8	13.7	8.0
25	月	豚キムチ炒め	706	21.6	29.6	3.6	油淋鶏丼	1015	39.7	32.9	4.6	とんこつ塩つけ麺	521	18.0	16.0	6.1
26	火	韓国風豚焼肉炒めキムチ添え	1155	32.8	56.6	3.9	大盛り鶏照丼	742	31.3	9.7	2.8	とんこつ塩つけ麺	521	18.0	16.0	6.1
27	水	豚しゃぶ薬味ソース (山椒味)	858	22.7	32.5	2.7	ローストポークの肉ちらし丼	753	23.4	16.4	4.1	とんこつ塩つけ麺	521	18.0	16.0	6.1
28	木	チキンの黒酢仕立て	917	38.7	25.0	4.1	とろとろ玉子のオムハヤシ	790	19.9	24.4	2.7	とんこつ塩つけ麺	521	18.0	16.0	6.1
29	金	ガッツリ鶏野菜炒め	864	32.6	28.1	4.8	ミニッツステーキ&ロービー丼	696	27.7	13.5	2.5	とんこつ塩つけ麺	521	18.0	16.0	6.1
30	土	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	とんこつ塩つけ麺	521	18.0	16.0	6.1
31	日	ロースとんかつ	932	28.0	33.8	1.8	オムレツチーズカレー	686	19.0	16.8	4.9	とんこつ塩つけ麺	521	18.0	16.0	6.1

※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。