





時間厳守 でお願い致します。

ご注文は、74-201へ ສ<sub>B</sub>010:45≢ເ 関西大学生活協同組合 飲食事業部

お釣りが必要な方は

\*ごはん大盛りは+50円\*

(白ご飯の場合+90kcal)

ボリュームたっぷり

別メニューあります!

## ~お客様へお願い~ お釣りが必要な方は注文時に お申し出ください。

13 🌘 白ごはん

サバ塩焼き

ハリハリ漬け

● 高野豆腐

20 • 白ごはん

牛肉と筍炒め

プロッコリーのおかか和え

619kcal 2.3g

豚肉とイカの塩炒め

625kcal 2.9g

きのこと厚揚げのソース炒め

はちみつ味噌チキン

豆腐の和風あん

明太子ポテトサラダ

ほうれん草ナムル

きんぴらごぼう

27 • 白ごはん

• 大根煮

お休み

6



- 白ごはん サワラの西京焼き
  - 鶏肉と蓮根のカレー炒め
- 芋コロサラダ
- ほうれん草浸し
- ひじき大豆煮

- プロッコリーのおかか和え
- ハリハリ漬け

2 • わかめごはん

サバ塩焼き

牛肉と筍炒め

- 高野豆腐 622kcal 2.6g

A 12.3

● 大根煮

17 • 白ごはん

3

589kcal 3.5g

サバ竜田の野草あんかけ

鶏肉ときのこの塩麹炒め

プロッコリーと大豆のピリ辛和え

634kcal 3.1g

きのこと厚揚げのソース炒め

はちみつ味噌チキン

682kcal 3.1g

サワラの味噌マヨ焼き

キャベツの梅和え

ひとくちがんも煮

いんげん胡麻和え

赤色野菜のナムル

チャプチェ

15 • 白ごはん

● 大根煮

22 • 白ごはん

- 8 白ごはん 9 💿 山菜ごはん
  - サワラの味噌マヨ焼き
    - チャプチェ
  - ごぼうとひじきのサラダ

615kcal 4.0g

サワラの西京焼き

鶏肉と蓮根のカレー炒め

584kcal 4.6g

きのこと厚揚げのソース炒め

- 三角和え
- 厚揚げ煮

16 🌘 枝豆ごはん

芋コロサラダ

ひじき大豆煮

ほうれん草浸し

- 10 白ごはん
  - きのこと厚揚げのソース炒め
  - はちみつ味噌チキン

682kcal 3.1g

サバ竜田の野菜あんかけ

鶏肉ときのこの塩麹炒め

プロッコリーと大豆のピリ辛和え

634kcal 3.1g

鶏肉と蓮根のカレー炒め

サワラの西京焼き

キャベツの梅和え

ひとくちがんも煮

- いんげん胡麻和え
- 赤色野菜のナムル
  - 490円 800Kcal

## O De tal

5

- 12 🌘 白ごはん
- 豚肉とイカの塩炒め

お休み

- 豆腐の和風あん
- 明太子ポテトサラダ
- ほうれん草ナムル
- きんぴらごぼう
- 625kcal 2.9g

- 19 🌘 白ごはん
- タラのチリソース
- 鶏肉と長芋の醤油炒め
- かぼちゃと豆のサラダ
- 海藻酢の物
- 切干大根煮
  - 616kcal 3.8g
- 26 🌘 白ごはん
  - サバ竜田の野菜あんかけ 鶏肉ときのこの塩麹炒め

634kcal 3.1g

- プロッコリーと大豆のピリ辛和え
- キャベツの梅和え
- ひとくちがんも煮
- 682kcal 3.1g

いんげん胡麻和え

赤色野菜のナムル

- 鶏肉と長芋の醤油炒め
  - かぼちゃと豆のサラダ

タラのチリソース

海藻酢の物

7 ● 白ごはん

- 切干大根煮
- 616kcal 3.8g
- 14 🌘 白ごはん サワラの味噌マヨ焼き
  - チャプチェ
- ごぼうとひじきのサラダ
- 三色和え
- 厚揚げ煮

- 631kcal 2.3g
- 21 白ごはん サバ竜田の野菜あんかけ

  - 鶏肉ときのこの塩麹炒め
- プロッコリーと大豆のピリ辛和え
- キャベツの梅和え
- ひとくちがんも煮
  - 634kcal 3.1g
- 28 白ごはん
  - サバ塩焼き
  - 牛肉と筍炒め
- プロッコリーのおかか和え
- ハリハリ漬け
- 高野豆腐 619kcal 2.3g

● 三色和え ● 厚揚げ煮

ごぼうとひじきのサラダ

- 631kcal 2.3g
- 29 🔹 白ごはん
- 豚肉とイカの塩炒め
- 豆腐の和風あん
- 明太子ポテトサラダ ほうれん草ナムル
- きんぴらごぼう
  - 625kcal 2.9g

はちみつ味噌チキン

23 ・ ごま昆布ごはん

- いんげん胡麻和え
- 赤色野菜のナムル
- 大根煮
- 688kcal 3.4g
- 30 たけのこごはん
  - タラのチリソース
  - 鶏肉と長芋の醤油炒め
  - かぼちゃと豆のサラダ
- 海藩酢の物
- 切干大根煮
  - 566kcal 5.0g

- ほうれん草浸し
  - ひじき大豆煮

31 • 白ごはん

● 三色和え

● 厚揚げ煮

24 • 白ごはん

チャプチェ

• 芋コロサラダ

589kcal 3.5g

ごぼうとひじきのサラダ

631kcal 2.3g

サワラの味噌マヨ焼き

- ■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。

### お休み

- ☆鶏唐コンビ弁当 600円 986Kcal
- ☆生姜焼き弁当 600FI 837kcal
- ☆豚カツ弁当 600円 950Kcal
- ☆カツ玉丼 490円 759Kcal
- ☆とり玉丼
- ☆カレーライス 430円 593Kcal

### ☆750円弁当 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。



28 • 白ごはん

胡瓜の酢の物

にんじんしりしり

ひとくちがんも煮

サバの胡麻味噌焼き

豚肉ときのこの塩炒め

29 • 白ごはん

• 大根煮

豚肉とごぼうのきんびら風

かぼちゃとさつま芋のサラダ

プロッコリーと大豆のピリ辛和え

豆腐の梅ソース



30 • 白ごはん

● 厚揚げ煮

サワラのタルタル焼き鶏肉と長芋の醤油炒め

ほうれん草胡麻和え

• ひじきの彩りナムル



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

**時間厳守** お願い致します。 \*ごはん大盛りは+50円\*

(白ご飯の場合+90kcal)

ボリュームたっぷり 別メニューあります!

☆鶏唐コンビ弁当 600円 986Kcal
☆生姜焼き弁当 600円 837kcal
☆豚カツ弁当 600円 950Kcal
☆カツ玉丼 490円 759Kcal
☆とり玉丼 490円 800Kcal
☆カレーライス

### ☆750円弁当 前日までにご注文下さい

430円 593Kcal



#### ■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。

7:10	20013				
月	火	*	本	<u> •</u>	±
	<ul><li>1 ● 白ごはん</li><li>● サバ竜田の南蛮</li><li>● 鶏肉と彩り野菜の塩炒め</li></ul>	2 ● 白ごはん ● 豚肉と大豆のカレー炒め ● 塩麹チキン	<ul><li>3 ● 白ごはん</li><li>● サワラのタルタル焼き</li><li>● 鶏肉と長芋の醤油炒め</li></ul>	<ul><li>4 ・ ゆかりごはん</li><li>サパの胡麻味噌焼き</li><li>豚肉ときのこの塩炒め</li></ul>	<ul><li>5 ● 白ごはん</li><li>● 豚肉とごぼうのきんびら風</li><li>● 豆腐の梅ソース</li></ul>
	<ul><li>カレー風味のポテトサラダ</li><li>ほうれん草浸し</li><li>切干大根煮</li></ul>	<ul><li>ブロッコリーの柚子胡椒和え</li><li>キャベツの昆布和え</li><li>きんびらごぼう</li></ul>	<ul><li>ほうれん草胡麻和え</li><li>ひじきの彩りナムル</li><li>厚揚げ煮</li></ul>	<ul><li> 胡瓜の酢の物</li><li> にんじんしりしり</li><li> ひとくちがんも煮</li></ul>	<ul><li>かぼちゃとさつま芋のサラダ</li><li>ブロッコリーと大豆のピリ辛和え</li><li>大根煮</li></ul>
	669kcal 4.0g	663kcal 3,3g	620kcal 2,5g	634kcal 3,4g	612kcal 2.6g
<ul><li>7 ● 白ごはん</li><li>● サバ竜田の南蛮</li><li>● 鶏肉と彩り野菜の塩炒め</li></ul>	8 • 白ごはん • 豚肉と大豆のカレー炒め • 塩麹チキン	9 • 白ごはん • タラの五目あんかけ • 厚揚げポーク	10 • 白ごはん • サバの生姜風味焼き • チンジャオロース	<ul><li>11 ● たけのこごはん</li><li>サワラのタルタル焼き</li><li>鶏肉と長芋の醤油炒め</li></ul>	12 • 白ごはん • サバの胡麻味噌焼き • 豚肉ときのこの塩炒め
<ul><li>カレー風味のポテトサラダ</li><li>ほうれん草浸し</li><li>切干大根素</li></ul>	<ul><li>プロッコリーの柚子胡椒和え</li><li>キャベツの昆布和え</li><li>きんびらごぼう</li></ul>	<ul><li>・ 根菜と豆のサラダ</li><li>・ プロッコリーのおかか和え</li><li>・ 高野豆腐</li></ul>	<ul><li>明太子ポテトサラダ</li><li>三色ナムル</li><li>ひじき大豆煮</li></ul>	<ul><li>ほうれん草胡麻和え</li><li>ひじきの彩りナムル</li><li>厚揚げ煮</li></ul>	<ul><li> 胡瓜の酢の物</li><li> にんじんしりしり</li><li> ひとくちがんも煮</li></ul>
669kcal 4.0g	663kcal 3.3g	571kcal 2.4g	613kcal 2.9g	570kcal 3.7g	632kcal 2.9g
14 ● 白ごはん ● 豚肉と大豆のカレー炒め ● 塩麹チキン	15 ● 白ごはん ● タラの五目あんかけ ● 厚揚げポーク	16 ● 白ごはん ● サバの生姜風味焼き ● チンジャオロース	17 ● 白ごはん ● サバ竜田の南蛮 ● 鶏肉と彩り野菜の塩炒め	18 ■ 山菜ごはん ■ 豚肉とごぼうのきんびら風 ■ 豆腐の梅ソース	19 ● 白ごはん ● サワラのタルタル焼き ● 鶏肉と長芋の醤油炒め
<ul><li>プロッコリーの柚子胡椒和え</li><li>キャベツの昆布和え</li><li>きんびらごぼう</li></ul>	<ul><li>● 根菜と豆のサラダ</li><li>● ブロッコリーのおかか和え</li><li>● 高野豆腐</li></ul>	<ul><li>明太子ポテトサラダ</li><li>三色ナムル</li><li>ひじき大豆煮</li></ul>	<ul><li>カレー風味のポテトサラダ</li><li>ほうれん草浸し</li><li>切干大根煮</li></ul>	<ul><li>かぼちゃとさつま芋のサラダ</li><li>ブロッコリーと大豆のビリ辛和え</li><li>大根煮</li></ul>	<ul><li>ほうれん草胡麻和え</li><li>ひじきの彩りナムル</li><li>厚揚げ煮</li></ul>
663kcal 3,3g	571kcal 2.4g	613kcal 2.9g	669kcal 4.0g	596kcal 4.3g	620kcal 2,5g
21 ● 白ごはん ● サパの生姜風味焼き ● チンジャオロース	22 • 白ごはん • サバの胡麻味噌焼き • 豚肉ときのこの塩炒め	23 ● 白ごはん ● 豚肉とごぼうのきんぴら風 ● 豆腐の梅ソース	24 ● 白ごはん ● タラの五目あんかけ ● 厚揚げポーク	<ul><li>25 ● ひじき大豆ごはん</li><li>サバ竜田の南蛮</li><li>鶏肉と彩り野菜の塩炒め</li></ul>	26 ● 白ごはん ● 豚肉と大豆のカレー炒め ● 塩麹チキン
<ul><li>・明太子ポテトサラダ</li><li>・三色ナムル</li><li>・ひじき大豆煮</li></ul>	<ul><li>・ 胡瓜の酢の物</li><li>・ にんじんしりしり</li><li>・ ひとくちがんも煮</li></ul>	<ul><li>かぼちゃとさつま芋のサラダ</li><li>ブロッコリーと大豆のビリ辛和え</li><li>大根煮</li></ul>	<ul><li>● 根菜と豆のサラダ</li><li>● プロッコリーのおかか和え</li><li>● 高野豆腐</li></ul>	<ul><li>カレー風味のポテトサラダ</li><li>ほうれん草浸し</li><li>切干大根煮</li></ul>	<ul><li>ブロッコリーの柚子胡椒和え</li><li>キャベツの昆布和え</li><li>きんびらごぼう</li></ul>
613kcal 2.9g	632kcal 2.9g	612kcal 2,6g	571kcal 2.4g	678kcal 5.4g	663kcal 3,3g

# ~価格改定のお知らせ~

下記の商品は4月1日から価格改定となります。 鶏唐コンビ・生姜焼き・豚カツ弁当 600円(回数株でのお支払い可) カツ玉・鶏玉丼 490円