

100円朝食メニュー ※関大生先着170名様限定！ (月～金 8:15～9:00) ◎凜風館ディノア

基本メニュー	主食	主菜	副菜	その他
◆ご飯メニュー	ライス (S or M) 味噌汁	3種類 ※肉・魚類の焼物・揚げ物等	小鉢1種類	
◆パンメニュー	パン2個 (メニュー参照) ポタージュスープ	2種類 ※肉・魚類の焼物・揚げ物等	小鉢1種類	乳酸菌飲料
◆カレーメニュー	カレーライス (S or M)		コロッケ	
◆うどん・そばメニュー	うどんorそば (メニュー参照)	いなり寿司	小鉢1種類	



2026年10月

※諸事情により、急遽メニューを変更する事も想定されますが、ご理解頂きます様お願い致します。

月	火	水	木	金
			1日 ●全粒食パン・クロワッサンS ●メンチカツ ●ミニオムレツ ●マカロニサラダ ●乳酸菌飲料&ポタージュ ※エネルギー 579Kcal	2日 ●さわらの西京焼 ●ハムカツ ●厚揚げ ●納豆 ●ライス&味噌汁 ※エネルギー 726Kcal
5日 ●春巻き ●ミニオムレツ ●ひじき大豆煮 ●冷奴 ●ライス&味噌汁 ※エネルギー 694 Kcal	6日 ●はいからそば ●いなり寿司 ●竹輪とつくね煮  ※エネルギー 574Kcal	7日 ●黒糖食パン・ほうれん草パン ●ハンバーグトマトソース ●ハムカツ ●ポテトサラダ ●乳酸菌飲料&ポタージュ ※エネルギー 611Kcal	8日 ●チキントマトソース ●サバの竜田揚げ ●ひとくちがんも煮 ●納豆 ●ライス&味噌汁 ※エネルギー 704Kcal	9日 ●カレー (SかM) ●コロッケ ※エネルギー S:576Kcal M:792Kcal
12日 メンゴ 祝日休み 	13日 ●はいからうどん ●いなり寿司 ●竹輪とつくね煮  ※エネルギー 617Kcal	14日 ●カレー (SかM) ●コロッケ ※エネルギー S:576Kcal M:792Kcal	15日 ●黒糖食パン・人参パン ●チキントマトソース ●アジフライ ●マカロニサラダ ●乳酸菌飲料&ポタージュ ※エネルギー 708Kcal	16日 ●ハンバーグトマトソース ●白身フライ ●ひじき大豆煮 ●冷奴 ●ライス&味噌汁 ※エネルギー 734 Kcal
19日 ●豆腐ハンバーグ甘酢 ●タラ天 ●大根煮 ●冷奴 ●ライス&味噌汁 ※エネルギー 669Kcal	20日 ●はいからそば ●いなり寿司 ●竹輪とつくね煮  ※エネルギー 574Kcal	21日 ●カレー (SかM) ●コロッケ ※エネルギー S:576Kcal M:792Kcal	22日 ●全粒食パン・クロワッサンS ●メンチカツ ●ミニオムレツ ●ポテトサラダ ●乳酸菌飲料&ポタージュ ※エネルギー 582Kcal	23日 ●さわらの西京焼 ●ハムカツ ●厚揚げ ●納豆 ●ライス&味噌汁 ※エネルギー 726Kcal
26日 ●春巻き ●ミニオムレツ ●ひじき大豆煮 ●冷奴 ●ライス&味噌汁 ※エネルギー 694 Kcal	27日 ●カレー (SかM) ●コロッケ  ※エネルギー S:576Kcal M:792Kcal	28日 ●黒糖食パン・ほうれん草パン ●ハンバーグトマトソース ●ハムカツ ●マカロニサラダ ●乳酸菌飲料&ポタージュ ※エネルギー 608Kcal	29日 ●チキントマトソース ●サバの竜田揚げ ●ひとくちがんも煮 ●納豆 ●ライス&味噌汁 ※エネルギー 704Kcal	30日 ●はいからうどん ●いなり寿司 ●竹輪とつくね煮  ※エネルギー 617Kcal

朝ごはんを食べると・・・！

- 体内時計**をリセット！体のリズムを整えて、元気にスタート
- 体温**を上げる ●**快便** ●**脳**を働かせる



からだに嬉しい
朝ごはん！

<本事業は関西大学、関西大学校友会および関西大学教育後援会の協力のもと実施されています>

2026年10月100円夕食メニュー

関大生限定販売！【学生証原本の提示必要】

限定100食！ただし予定数をこえても**16:15**までに並んで
いただいた方には救済措置として100円カレーを販売します。

お一人様1食限定(月～金 **16:15**)※授業日のみ、祝日授業除く

◎凍風館にて販売

使い捨て容器でのお渡しとなります。

※諸事情により、急遽メニューを変更する事も想定されますが、ご理解頂きます様お願い致します。



月	火	水	木	金
			1日 ●タルタルチキンカツ ●白身天 ●肉団子甘酢 ●インゲン胡麻和え ●ライス ※エネルギー 843Kcal	2日 ●アジフライ ●春巻き ●ホウレンウナムル ●シュウマイ ●ライス ※エネルギー 703Kcal
5日 ●野菜炒め ●白身魚フライ ●ポテトサラダ ●ひじき大豆煮 ●ライス ※エネルギー 714Kcal	6日 ●アジフライ ●春巻き ●ホウレンウナムル ●シュウマイ ●ライス ※エネルギー 703Kcal	7日 ●タルタルチキンカツ ●白身天 ●肉団子甘酢 ●インゲン胡麻和え ●ライス ※エネルギー 843Kcal	8日 ●ハンバーグトマトソース ●ミートコロッケ ●マカロニサラダ ●きんぴらごぼう ●ライス ※エネルギー 758 Kcal	9日 ●豆腐ハンバーグ ●サバの竜田揚げ ●ハムカツ●大根煮 ●ホウレンソウ胡麻和え ●ライス ※エネルギー 681 Kcal
12日 祝日の為 休み メンゴ 	13日 ●タルタルチキンカツ ●白身天 ●肉団子甘酢 ●インゲン胡麻和え ●ライス ※エネルギー 843Kcal	14日 ●ハンバーグトマトソース ●ミートコロッケ ●マカロニサラダ ●きんぴらごぼう ●ライス ※エネルギー 758 Kcal	15日 ●豆腐ハンバーグ ●サバの竜田揚げ ●ハムカツ●大根煮 ●ホウレンソウ胡麻和え ●ライス ※エネルギー 681 Kcal	16日 ●野菜炒め ●白身魚フライ ●ポテトサラダ ●ひじき大豆煮 ●ライス ※エネルギー 714Kcal
19日 ●タルタルチキンカツ ●白身天 ●肉団子甘酢 ●インゲン胡麻和え ●ライス ※エネルギー 843Kcal	20日 ●ハンバーグトマトソース ●ミートコロッケ ●マカロニサラダ ●きんぴらごぼう ●ライス ※エネルギー 758 Kcal	21日 ●豆腐ハンバーグ ●サバの竜田揚げ ●ハムカツ●大根煮 ●ホウレンソウ胡麻和え ●ライス ※エネルギー 681 Kcal	22日 ●野菜炒め ●白身魚フライ ●ポテトサラダ ●ひじき大豆煮 ●ライス ※エネルギー 714Kcal	23日 ●アジフライ ●春巻き ●ホウレンウナムル ●シュウマイ ●ライス ※エネルギー 703Kcal
26日 ●ハンバーグトマトソース ●ミートコロッケ ●マカロニサラダ ●きんぴらごぼう ●ライス ※エネルギー 758 Kcal	27日 ●豆腐ハンバーグ ●サバの竜田揚げ ●ハムカツ●大根煮 ●ホウレンソウ胡麻和え ●ライス ※エネルギー 681 Kcal	28日 ●野菜炒め ●白身魚フライ ●ポテトサラダ ●ひじき大豆煮 ●ライス ※エネルギー 714Kcal	29日 ●アジフライ ●春巻き ●ホウレンウナムル ●シュウマイ ●ライス ※エネルギー 703Kcal	30日 ●タルタルチキンカツ ●白身天 ●肉団子甘酢 ●インゲン胡麻和え ●ライス ※エネルギー 843Kcal

＜本事業は関西大学、関西大学校友会および関西大学教育後援会の協力のもと実施されています＞

2026年



高槻100円弁当メニュー



関大生先着数量限定販売！

【学生証原本の提示必要】

お一人様1食限定(月～金 11:00～)

※祝日を
除く

◎高槻L棟食堂にて販売。使い捨て容器でのお渡しとなります。

※諸事情により、急遽メニューを変更する事も想定されますが、ご理解頂きます様お願い致します。

月	火	水	木	金
			1日 ●焼肉とんとん ●サバの竜田揚げ ●いんげん胡麻和え ●切干大根煮 ●ライス	2日 ●塩豚ソテー ●豚カツ ●茄子のお浸し ●ひじき煮 ●ライス
5日 ●豚スタミナ焼き ●とり天 ●ほうれん草お浸し ●高野豆腐 ●ライス	6日 ●ハンバーグボークソース ●コロッケ ●ブロッコリー胡麻和え ●里芋煮 ●ライス	7日 ●焼肉とんとん ●サバの竜田揚げ ●いんげん胡麻和え ●切干大根煮 ●ライス	8日 ●塩豚ソテー ●豚カツ ●茄子のお浸し ●ひじき煮 ●ライス	9日 ●豚スタミナ焼き ●とり天 ●ほうれん草お浸し ●高野豆腐 ●ライス
12日 祝日の為 メンゴ 休み 	13日 ●ハンバーグボークソース ●コロッケ ●ブロッコリー胡麻和え ●里芋煮 ●ライス	14日 ●焼肉とんとん ●サバの竜田揚げ ●いんげん胡麻和え ●切干大根煮 ●ライス	15日 ●塩豚ソテー ●豚カツ ●茄子のお浸し ●ひじき煮 ●ライス	16日 ●豚スタミナ焼き ●とり天 ●ほうれん草お浸し ●高野豆腐 ●ライス
19日 ●ハンバーグボークソース ●コロッケ ●ブロッコリー胡麻和え ●里芋煮 ●ライス	20日 ●焼肉とんとん ●サバの竜田揚げ ●いんげん胡麻和え ●切干大根煮 ●ライス	21日 ●塩豚ソテー ●豚カツ ●茄子のお浸し ●ひじき煮 ●ライス	22日 ●豚スタミナ焼き ●とり天 ●ほうれん草お浸し ●高野豆腐 ●ライス	23日 ●ハンバーグボークソース ●コロッケ ●ブロッコリー胡麻和え ●里芋煮 ●ライス
26日 ●焼肉とんとん ●サバの竜田揚げ ●いんげん胡麻和え ●切干大根煮 ●ライス	27日 ●塩豚ソテー ●豚カツ ●茄子のお浸し ●ひじき煮 ●ライス	28日 ●豚スタミナ焼き ●とり天 ●ほうれん草お浸し ●高野豆腐 ●ライス	29日 ●ハンバーグボークソース ●コロッケ ●ブロッコリー胡麻和え ●里芋煮 ●ライス	30日 ●焼肉とんとん ●サバの竜田揚げ ●いんげん胡麻和え ●切干大根煮 ●ライス

<本事業は関西大学、関西大学校友会および関西大学教育後援会の協力のもと実施されています>