

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

| 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)<br>味噌汁   | 3種類<br>※肉・魚類の焼物・揚物等                                     | 小鉢1種類  |   |
| ◆パンメニュー   | パン2個 (メニュー参照)<br>ポタージュスープ   | 2種類<br>※肉・魚類の焼物・揚物等                                     | 小鉢1種類  | 乳酸菌飲料   |
| ◆カレーメニュー  | 甘口ポークカレーライス<br>(S or M)   |   | コロッケ   |   |
| ◆うどん・そばメニュー   | うどんorそば<br>(メニュー参照)   | いなり寿司   | 小鉢1種類  |    |
| <b>2026年7月</b> ※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  | 2日   | 3日  |
|  |    | ●ポークカレー (SかM)<br>●コロッケ<br>※エネルギー S:571Kcal<br>M:785Kcal | ●白身フライ<br>●ミニオムレツ<br>●がんも煮<br>●納豆<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 692Kcal                      | ●全粒粉食パン・クロワッサン<br>●チキントマトソース<br>●アジフライ<br>●ポテトサラダ<br>●乳酸菌飲料&ポタージュ<br>※エネルギー 706Kcal   |
| 6日  | 7日  | 8日  | 9日   | 10日   |
| ●ハンバーグトマトソース<br>●白身フライ<br>●切干大根煮<br>●冷奴<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 734 Kcal            | ●はいからうどん<br>●いなり寿司<br>●竹輪とつくね煮<br><br>※エネルギー 617 Kcal | ●ポークカレー (SかM)<br>●コロッケ<br>※エネルギー S:571Kcal<br>M:785Kcal | ●さわらの西京焼<br>●ハムカツ<br>●厚揚げ<br>●納豆<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 726Kcal                       | ●黒糖食パン・人参パン<br>●メンチカツ<br>●ミニオムレツ<br>●マカロニサラダ<br>●乳酸菌飲料&ポタージュ<br>※エネルギー 584 Kcal       |
| 13日   | 14日   | 15日   | 16日  | 17日   |
| ●豆腐ハンバーグ甘酢<br>●タラ天<br>●大根煮<br>●冷奴<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 669Kcal                   | ●はいからそば<br>●いなり寿司<br>●竹輪とつくね煮<br><br>※エネルギー 574 kcal | ●ポークカレー (SかM)<br>●コロッケ<br>※エネルギー S:571Kcal<br>M:785Kcal |  |  |

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



# 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円甘口ポーク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

◎**凜風館にて販売**

**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<br>●タルタルチキンカツ<br>●白身天<br>●肉団子甘酢<br>●インゲン胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 843Kcal          | 2日<br>●豆腐ハンバーグ<br>●サバの竜田揚げ<br>●ハムカツ●大根煮<br>●ホウレンソウ胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 681 Kcal            | 3日<br>●ハンバーグトマトソース<br>●ミートコロッケ<br>●マカロニサラダ<br>●きんぴらごぼう<br>●ライス<br>※エネルギー 757 Kcal            |
| 6日<br>●アジフライ<br>●春巻き<br>●ホウレンウナムル<br>●シュウマイ<br>●ライス<br>※エネルギー 703Kcal             | 7日<br>●タルタルチキンカツ<br>●白身天<br>●肉団子甘酢<br>●インゲン胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 843Kcal          | 8日<br>●豆腐ハンバーグ<br>●サバの竜田揚げ<br>●ハムカツ●大根煮<br>●ホウレンソウ胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 681 Kcal  | 9日<br>●ハンバーグトマトソース<br>●ミートコロッケ<br>●マカロニサラダ<br>●きんぴらごぼう<br>●ライス<br>※エネルギー 757 Kcal            | 10日<br>●野菜炒め<br>●白身魚フライ<br>●ポテトサラダ<br>●ひじき大豆煮<br>●ライス<br>※エネルギー 714Kcal                      |
| 13日<br>●タルタルチキンカツ<br>●白身天<br>●肉団子甘酢<br>●インゲン胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 843Kcal        | 14日<br>●豆腐ハンバーグ<br>●サバの竜田揚げ<br>●ハムカツ●大根煮<br>●ホウレンソウ胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 681 Kcal | 15日<br>●ハンバーグトマトソース<br>●ミートコロッケ<br>●マカロニサラダ<br>●きんぴらごぼう<br>●ライス<br>※エネルギー 757 Kcal | 16日<br> | 17日<br> |

＜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  | 2日  | 3日   |
|   |    | <ul style="list-style-type: none"> <li>● グリルチキン</li> <li>● コロッケ</li> <li>● ほうれん草お浸し</li> <li>● ひじき煮</li> <li>● ライス</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>● ハンバーグトマトソース</li> <li>● 白身フライ</li> <li>● いんげん胡麻和え</li> <li>● ちくわ煮</li> <li>● ライス</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 塩豚ソテー</li> <li>● ヒレカツ</li> <li>● ブロッコリー和え物</li> <li>● きんぴらごぼう</li> <li>● ライス</li> </ul> |
| 6日   | 7日  | 8日  | 9日  | 10日  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● 焼肉スタミナ焼き</li> <li>● サバの竜田揚げ</li> <li>● 茄子のお浸し</li> <li>● つくね煮</li> <li>● ライス</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● グリルチキン</li> <li>● コロッケ</li> <li>● ほうれん草お浸し</li> <li>● ひじき煮</li> <li>● ライス</li> </ul>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>● ハンバーグトマトソース</li> <li>● 白身フライ</li> <li>● いんげん胡麻和え</li> <li>● ちくわ煮</li> <li>● ライス</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 塩豚ソテー</li> <li>● ヒレカツ</li> <li>● ブロッコリー和え物</li> <li>● きんぴらごぼう</li> <li>● ライス</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 焼肉スタミナ焼き</li> <li>● サバの竜田揚げ</li> <li>● 茄子のお浸し</li> <li>● つくね煮</li> <li>● ライス</li> </ul> |
| 13日  | 14日   | 15日   | 16日   | 17日  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● グリルチキン</li> <li>● コロッケ</li> <li>● ほうれん草お浸し</li> <li>● ひじき煮</li> <li>● ライス</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>● ハンバーグトマトソース</li> <li>● 白身フライ</li> <li>● いんげん胡麻和え</li> <li>● ちくわ煮</li> <li>● ライス</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>● 塩豚ソテー</li> <li>● ヒレカツ</li> <li>● ブロッコリー和え物</li> <li>● きんぴらごぼう</li> <li>● ライス</li> </ul>    |   |   |

<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>

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)<br>味噌汁       | 3種類<br>※肉・魚類の焼物・揚物等 | 小鉢1種類 |   |
| ◆パンメニュー     | パン2個 (メニュー参照)<br>ポタージュスープ | 2種類<br>※肉・魚類の焼物・揚物等 | 小鉢1種類 | 乳酸菌飲料   |
| ◆カレーメニュー    | カレーライス<br>(S or M)        |                     | コロッケ  |   |
| ◆うどん・そばメニュー | うどんorそば<br>(メニュー参照)       | いなり寿司               | 小鉢1種類 |  |

2026年6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  | 2日   | 3日  | 4日   | 5日  |
| ●ハンバーグトマトソース<br>●白身フライ<br>●ひじき大豆煮<br>●冷奴<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 734 Kcal   | ●はいからそば<br>●いなり寿司<br>●竹輪とつくね煮<br><br>※エネルギー 574 Kcal    | ●豆腐ハンバーグ甘酢<br>●タラ天<br>●大根煮<br>●冷奴<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 668Kcal                     | ●黒糖食パン・ほうれん草パン<br>●メンチカツ<br>●ミニオムレツ<br>●ポテトサラダ<br>●乳酸菌飲料&ポタージュ<br>※エネルギー 587Kcal     | ●カレーライス (SかM)<br>●コロッケ<br>※エネルギー S:571Kcal<br>M:785Kcal                               |
| 8日  | 9日   | 10日   | 11日  | 12日   |
| ●はいからうどん<br>●いなり寿司<br>●竹輪とつくね煮<br><br>※エネルギー 617 Kcal | ●カレーライス (SかM)<br>●コロッケ<br>※エネルギー S:571Kcal<br>M:785Kcal  | ●春巻き<br>●ミニオムレツ<br>●がんと煮<br>●冷奴<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 720 Kcal                      | ●豆腐ハンバーグ甘酢<br>●タラ天<br>●大根煮<br>●納豆<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 632Kcal                      | ●全粒食パン・人参パン<br>●ハンバーグトマトソース<br>●白身フライ<br>●マカロニサラダ<br>●乳酸菌飲料&ポタージュ<br>※エネルギー 591Kcal   |
| 15日   | 16日  | 17日   | 18日  | 19日   |
| ●春巻き<br>●ミニオムレツ<br>●がんと煮<br>●冷奴<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 720 Kcal  | ●はいからそば<br>●いなり寿司<br>●竹輪とつくね煮<br><br>※エネルギー 574 Kcal  | ●カレーライス (SかM)<br>●コロッケ<br>※エネルギー S:571Kcal<br>M:785Kcal                             | ●さわらの西京焼<br>●ハムカツ<br>●厚揚げ<br>●納豆<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 726Kcal                       | ●全粒粉食パン・クロワッサン<br>●豆腐ハンバーグ<br>●アジフライ<br>●ポテトサラダ<br>●乳酸菌飲料&ポタージュ<br>※エネルギー 618Kcal     |
| 22日   | 23日  | 24日   | 25日  | 26日   |
| ●ハンバーグトマトソース<br>●白身フライ<br>●ひじき大豆煮<br>●冷奴<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 734 Kcal   | ●はいからうどん<br>●いなり寿司<br>●竹輪とつくね煮<br><br>※エネルギー 617 Kcal | ●カレーライス (SかM)<br>●コロッケ<br>※エネルギー S:571Kcal<br>M:785Kcal                             | ●豆腐ハンバーグ甘酢<br>●サバの竜田揚げ<br>●切干大根煮<br>●納豆<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 640Kcal                | ●黒糖食パン・ほうれん草パン<br>●メンチカツ<br>●ミニオムレツ<br>●マカロニサラダ<br>●乳酸菌飲料&ポタージュ<br>※エネルギー 584 Kcal    |
| 29日   | 30日  |   |  |   |
| ●豆腐ハンバーグ甘酢<br>●タラ天<br>●大根煮<br>●冷奴<br>●ライス&味噌汁<br>※エネルギー 669Kcal   | ●はいからそば<br>●いなり寿司<br>●竹輪とつくね煮<br><br>※エネルギー 574 Kcal  |  |  |  |

からだに嬉しい  
朝ごはん！

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



＜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



# 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

◎**凜風館にて販売**

**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  | 2日  | 3日  | 4日   | 5日  |
| ●アジフライ<br>●春巻き<br>●ハウレンウナムル<br>●シュウマイ<br>●ライス<br>※エネルギー 703Kcal             | ●タルタルチキンカツ<br>●白身天<br>●肉団子甘酢<br>●インゲン胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 843Kcal         | ●豆腐ハンバーグ<br>●サバの竜田揚げ<br>●ハムカツ●大根煮<br>●ハウレンソウ胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 681 Kcal         | ●ハンバーグトマトソース<br>●ミートコロッケ<br>●マカロニサラダ<br>●きんぴらごぼう<br>●ライス<br>※エネルギー 757 Kcal          | ●野菜炒め<br>●白身魚フライ<br>●ポテトサラダ<br>●ひじき大豆煮<br>●ライス<br>※エネルギー 714Kcal                      |
| 8日  | 9日  | 10日   | 11日  | 12日   |
| ●タルタルチキンカツ<br>●白身天<br>●肉団子甘酢<br>●インゲン胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 843Kcal         | ●豆腐ハンバーグ<br>●サバの竜田揚げ<br>●ハムカツ●大根煮<br>●ハウレンソウ胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 681 Kcal | ●ハンバーグトマトソース<br>●ミートコロッケ<br>●マカロニサラダ<br>●きんぴらごぼう<br>●ライス<br>※エネルギー 757 Kcal         | ●野菜炒め<br>●白身魚フライ<br>●ポテトサラダ<br>●ひじき大豆煮<br>●ライス<br>※エネルギー 714Kcal                     | ●アジフライ<br>●春巻き<br>●ハウレンウナムル<br>●シュウマイ<br>●ライス<br>※エネルギー 703Kcal                       |
| 15日   | 16日   | 17日   | 18日  | 19日   |
| ●豆腐ハンバーグ<br>●サバの竜田揚げ<br>●ハムカツ●大根煮<br>●ハウレンソウ胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 681 Kcal | ●ハンバーグトマトソース<br>●ミートコロッケ<br>●マカロニサラダ<br>●きんぴらごぼう<br>●ライス<br>※エネルギー 757 Kcal | ●野菜炒め<br>●白身魚フライ<br>●ポテトサラダ<br>●ひじき大豆煮<br>●ライス<br>※エネルギー 714Kcal                    | ●アジフライ<br>●春巻き<br>●ハウレンウナムル<br>●シュウマイ<br>●ライス<br>※エネルギー 703Kcal                      | ●タルタルチキンカツ<br>●白身天<br>●肉団子甘酢<br>●インゲン胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 843Kcal                   |
| 22日   | 23日   | 24日   | 25日  | 26日   |
| ●ハンバーグトマトソース<br>●ミートコロッケ<br>●マカロニサラダ<br>●きんぴらごぼう<br>●ライス<br>※エネルギー 757 Kcal | ●野菜炒め<br>●白身魚フライ<br>●ポテトサラダ<br>●ひじき大豆煮<br>●ライス<br>※エネルギー 714Kcal            | ●アジフライ<br>●春巻き<br>●ハウレンウナムル<br>●シュウマイ<br>●ライス<br>※エネルギー 703Kcal                     | ●タルタルチキンカツ<br>●白身天<br>●肉団子甘酢<br>●インゲン胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 843Kcal                  | ●豆腐ハンバーグ<br>●サバの竜田揚げ<br>●ハムカツ●大根煮<br>●ハウレンソウ胡麻和え<br>●ライス<br>※エネルギー 681 Kcal           |
| 29日   | 30日   |   |  |   |
| ●野菜炒め<br>●白身魚フライ<br>●ポテトサラダ<br>●ひじき大豆煮<br>●ライス<br>※エネルギー 714Kcal            | ●アジフライ<br>●春巻き<br>●ハウレンウナムル<br>●シュウマイ<br>●ライス<br>※エネルギー 703Kcal             |  |  |  |

＜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  | 2日  | 3日  | 4日   | 5日  |
| ●塩豚ソテー<br>●豚カツ<br>●ほうれん草お浸し<br>●ちくわ煮<br>●ライス        | ●おろしハンバーグ<br>●れんこん挟み揚げ<br>●きんぴらごぼう<br>●ひじき煮<br>●ライス | ●グリルチキン<br>●春巻き<br>●高野豆腐<br>●里芋煮<br>●ライス  | ●焼肉とんとん<br>●サバの竜田揚げ<br>●つくね煮<br>●切干大根煮<br>●ライス                                       | ●塩豚ソテー<br>●豚カツ<br>●ほうれん草お浸し<br>●ちくわ煮<br>●ライス  |
| 8日  | 9日  | 10日   | 11日  | 12日   |
| ●おろしハンバーグ<br>●れんこん挟み揚げ<br>●きんぴらごぼう<br>●ひじき煮<br>●ライス | ●グリルチキン<br>●春巻き<br>●高野豆腐<br>●里芋煮<br>●ライス            | ●焼肉とんとん<br>●サバの竜田揚げ<br>●つくね煮<br>●切干大根煮<br>●ライス                                      | ●塩豚ソテー<br>●豚カツ<br>●ほうれん草お浸し<br>●ちくわ煮<br>●ライス   | ●おろしハンバーグ<br>●れんこん挟み揚げ<br>●きんぴらごぼう<br>●ひじき煮<br>●ライス                                   |
| 15日   | 16日   | 17日   | 18日  | 19日   |
| ●グリルチキン<br>●春巻き<br>●高野豆腐<br>●里芋煮<br>●ライス            | ●焼肉とんとん<br>●サバの竜田揚げ<br>●つくね煮<br>●切干大根煮<br>●ライス      | ●塩豚ソテー<br>●豚カツ<br>●ほうれん草お浸し<br>●ちくわ煮<br>●ライス  | ●おろしハンバーグ<br>●れんこん挟み揚げ<br>●きんぴらごぼう<br>●ひじき煮<br>●ライス                                  | ●グリルチキン<br>●春巻き<br>●高野豆腐<br>●里芋煮<br>●ライス  |
| 22日   | 23日   | 24日   | 25日  | 26日   |
| ●焼肉とんとん<br>●サバの竜田揚げ<br>●つくね煮<br>●切干大根煮<br>●ライス      | ●塩豚ソテー<br>●豚カツ<br>●ほうれん草お浸し<br>●ちくわ煮<br>●ライス        | ●おろしハンバーグ<br>●れんこん挟み揚げ<br>●きんぴらごぼう<br>●ひじき煮<br>●ライス                                 | ●グリルチキン<br>●春巻き<br>●高野豆腐<br>●里芋煮<br>●ライス   | ●焼肉とんとん<br>●サバの竜田揚げ<br>●つくね煮<br>●切干大根煮<br>●ライス  |
| 29日   | 30日   |   |  |   |
| ●塩豚ソテー<br>●豚カツ<br>●ほうれん草お浸し<br>●ちくわ煮<br>●ライス        | ●おろしハンバーグ<br>●れんこん挟み揚げ<br>●きんぴらごぼう<br>●ひじき煮<br>●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>