



Weekly Menu



	6月5日(月)	6月6日(火)	6月7日(水)	6月8日(木)	6月9日(金)
メイン 500円	メンチカツ 276Kcal 2.7g	チキンwithパジルと梅の胡麻ソース 483Kcal 2.0g	豚肉と玉ねぎのペッパーソテー 279Kcal 1.7g	韓国風！ジャンダレザンギ 376Kcal 1.7g	120gの彩り春野菜と鶏肉の辛味炒め 381Kcal 2.3g
バラエティー 600円	チキン焼肉丼ミモザ風 806Kcal 3.7g	キャベツと豚肉の旨味噌そば丼 681Kcal 2.5g	カラフルおろしのチキン竜田丼 799Kcal 2.0g	じっくり煮込んだハッシュドボーク丼 800Kcal 2.1g	玉子と魚介のあんかけご飯 555Kcal 3.8g
日替わり麺 550円	坦々麺 634Kcal 10.2g	チーズカレーうどん 647Kcal 5.4g	海老かき揚げうどん・そば 433Kcal 4.4g	広東麺 596Kcal 8.6g	磯海苔香る♪ 豚骨醤油ラーメン 517Kcal 7.6g
日替わりサラダ 150円	ブロッコリーとツナのサラダ 97Kcal 0.3g	春雨中華サラダ 108Kcal 1.2g	タラモサラダ 113Kcal 1.0g	ごぼうサラダ 99Kcal 0.7g	ブロッコリーとカニカマの辛子マヨサラダ 108Kcal 0.5g
サイドディッシュA 150円	わかめともやしの酢の物 28Kcal 0.8g	小松菜の胡麻味噌和え 49Kcal 1.0g	白菜とツナの塩昆布和え 24Kcal 0.4g	菜の花のわさびマヨ和え 104Kcal 0.2g	ほうれん草の胡麻和え 41Kcal 0.9g
サイドディッシュB 150円	キャベツとウインナーのソテー 53Kcal 0.6g	小松菜と玉子の塩炒め 71Kcal 1.3g	さつま揚げとキヌサヤのオイスター炒め 58Kcal 1.4g	フライドポテトのミートチーズソースかけ 231Kcal 0.4g	がんと野菜の煮しめ 83Kcal 1.5g
サイドディッシュC 150円	店長おまかせ				
カレーライス 400円	カレーライス 684kcal 3.7g				
和麺 350円	かけそば・かけうどん 338kcal 5.7g				
中華麺 450円					
ご飯(単品) 110円	普通ご飯 357kcal				
味噌汁(単品) 70円	味噌汁 47Kcal 1.6g				
コーヒー(単品) 200円	コーヒー(単品ご注文の方)				

※仕入れの都合により、メニューが変更になる場合がございます。予めご了承ください。

※ランチには小鉢はつきません。ご飯と味噌汁のみです。
バラエティには、小鉢・味噌汁が付きまます。お間違えないようお願い致します。

Weekly Menu

レストラン アルカディア



	6月12日(月)	6月13日(火)	6月14日(水)	6月15日(木)	6月16日(金)
メイン 500円	エビカツ 505Kcal 1.8g	鶏の唐揚げ シンギスカンソース 458Kcal 1.8g	豚ロースの生姜焼き 308Kcal 3.1g	チキンと野菜のさわやかVegeソース 432Kcal 1.8g	温玉しょうが和風ハンバーグ 393Kcal 4.0g
バラエティー 600円	とろ〜り卵の変わりチキンライス 771Kcal 2.9g	うま辛! 豚キムチ丼 599Kcal 3.0g	鶏三味丼 786Kcal 3.0g	長野県駒ヶ根名物! ソースかつ丼 778Kcal 1.4g	とろ〜りチーズのカレー丼 802Kcal 3.7g
日替わり麺 550円	味噌野菜ラーメン 622Kcal 7.9g	親子あんかけうどん 521Kcal 4.1g	醤油ラーメン 413Kcal 7.2g	月見とろろそば 435Kcal 4.3g	豚骨醤油ラーメン 534Kcal 9.2g
日替わりサラダ 150円	ポテトサラダ 8Kcal 0.0g	蓮根のかりかりサラダ 52Kcal 0.8g	花野菜と玉子のオーロラサラダ 51Kcal 0.4g	ツナサラダ 50Kcal 1.1g	チーズとコーンサラダ 42Kcal 0.2g
サイドディッシュA 150円	キャベツのピーナッツ和え 64Kcal 1.0g	もやしとわかめの酢味噌和え 50Kcal 1.4g	なめことほうれん草の煮びたし 31Kcal 1.7g	小松菜とコーンの粒マスタード和え 24Kcal 0.1g	菜の花とえびのお浸し 39Kcal 0.7g
サイドディッシュB 150円	ひじきの五目煮 72Kcal 1.1g	アスパラとジャガイモのバター炒め 270Kcal 0.4g	五目きんぴら 59Kcal 0.7g	ふきと厚揚げの甘辛煮 88Kcal 1.2g	たけのこの土佐煮 37Kcal 1.2g
サイドディッシュC 150円	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ
カレーライス 400円	カレーライス 684kcal 3.7g				
和麺 350円	かけそば・かけうどん 334kcal 4.2g				
中華麺 450円	味噌ラーメン 585kcal 7.3g 塩ラーメン 572kcal 7.8g 醤油ラーメン 546kcal 7.5g				
ご飯(単品) 110円	普通ご飯 357kcal				
味噌汁(単品) 70円	味噌汁 54Kcal 1.8g				
コーヒー(単品) 200円	コーヒー(単品ご注文の方)				
コーヒー(食事付) 120円	コーヒー(お食事をご注文されている方)				

※仕入れの都合により、メニューが変更になる場合がございます。予めご了承ください。

※ランチには小鉢はつきません。ご飯と味噌汁のみです。
バラエティには、小鉢・味噌汁が付きいます。お間違えないようお願い致します。

uniserv 株式会社魚国総本社

Weekly Menu

レストラン アルカディア



	6月19日(月)	6月20日(火)	6月21日(水)	6月22日(木)	6月23日(金)
メイン 500円	豚ロースのオイル焼きピリ辛中華だれ 282Kcal 3.3g	チキンカツイタリアンソース 521Kcal 1.3g	煮込みハンバーグ仕立て 472Kcal 4.1g	アーモンドパン粉焼きdeグリルチキン 467Kcal 1.9g	回鍋肉 351Kcal 3.7g
バラエティー 600円	鶏の照焼き親子丼 772Kcal 2.4g	セサミ香る♪BBQポークのつけ炒飯 675Kcal 1.8g	甘辛中華風チキン丼 862Kcal 3.0g	塩カルビのビビンバ丼 689Kcal 2.9g	八宝菜チャーハン 618Kcal 1.3g
日替わり麺 550円	とんこつ塩ラーメン 562Kcal 10.9g	桜えびと菜の花のペペロンチーノ 485Kcal 4.0g	月見おぼろそば 419Kcal 4.1g	とろろきのこ蕎麦 368Kcal 6.7g	春野菜たっぷり！鶏白湯ラーメン 473Kcal 2.6g
日替わりサラダ 150円	さつまいもとアーモンドのサラダ 99Kcal 0.2g	スパゲティサラダ 157Kcal 0.3g	ごぼうサラダ 99Kcal 0.7g	ポテマカサラダ 152Kcal 0.7g	ミモザサラダ 70Kcal 0.4g
サイドディッシュA 150円	南瓜の胡麻和え 102Kcal 0.9g	菜の花の辛子和え 33Kcal 1.1g	もやしと鶏肉の塩ねぎ和え 41Kcal 1.2g	白菜とカニカマのゴマドレ和え 40Kcal 0.9g	小松菜とこんにゃくの和え物 41Kcal 1.2g
サイドディッシュB 150円	切干大根の煮物 73Kcal 0.8g	ハムと玉ねぎのスクランブル 131Kcal 1.4g	大根とさつま揚げの煮物 57Kcal 1.1g	ごぼうと人参の金平 60Kcal 0.7g	じゃがいもとツナの炒め物 94Kcal 0.9g
サイドディッシュC 150円	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ
カレーライス 400円	カレーライス 684kcal 3.7g				
和麺 350円	かけそば・かけうどん 334kcal 4.2g				
中華麺 450円	味噌ラーメン 585kcal 7.3g 塩ラーメン 572kcal 7.8g 醤油ラーメン 546kcal 7.5g				
ご飯(単品) 110円	普通ご飯 357kcal				
味噌汁(単品) 70円	味噌汁 54Kcal 1.8g				
コーヒー(単品) 200円	コーヒー(単品ご注文の方)				
コーヒー(食事付) 120円	コーヒー(お食事をご注文されている方)				

※仕入れの都合により、メニューが変更になる場合がございます。予めご了承ください。

※ランチには小鉢はつきません。ご飯と味噌汁のみです。
バラエティには、小鉢・味噌汁が付きまます。お間違えないようお願い致します。

uniserv 株式会社魚国総本社

Weekly Menu

レストラン アルカディア



	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)	6月29日(木)	6月30日(金)
メイン 500円	白身魚のパン粉焼き 春野菜タルタル添え 404Kcal 1.5g	鶏もも肉おろし焼き山椒風味 332Kcal 1.6g	揚げ豚肉の葱ソース 364Kcal 1.8g	豚ロースの生姜焼き 308Kcal 3.1g	こしょう香るポークソテー 284Kcal 2.0g
バラエティー 600円	とろっと玉子のオムライスWソースかけ 781Kcal 5.4g	豚ごぼう丼温玉添え 715Kcal 3.1g	彩り野菜のキーマカレー 659Kcal 2.2g	レタスと玉子の春色炒飯 488Kcal 3.2g	豚肉とチンゲン菜のあんかけ飯 584Kcal 1.3g
日替わり麺 550円	さっぱり梅塩ラーメン 486Kcal 7.7g	ボロネーゼ 611Kcal 2.9g	あんかけ湯麺 544Kcal 8.6g	麻婆味噌ラーメン 691Kcal 8.7g	野菜かき揚げうどん 466Kcal 3.9g
日替わりサラダ 150円	竹輪とコーンのサラダ 55Kcal 1.5g	ツイストマカロニサラダ 134Kcal 0.6g	花野菜と玉子のオーロラサラダ 51Kcal 0.4g	ツナサラダ 50Kcal 1.1g	ジャーマンポテトサラダ 114Kcal 0.3g
サイドディッシュA 150円	白菜とコーンのたぶりごま酢和え 69Kcal 0.5g	菜の花の梅ひじき和え 29Kcal 1.4g	ほうれん草とコーンのマヨ和え 95Kcal 0.8g	春雨と胡瓜のレモン酢和え 56Kcal 0.3g	ブロッコリーのチーズ和え 39Kcal 1.2g
サイドディッシュB 150円	大根とがんものあっさり煮 56Kcal 1.0g	ほうれん草とウインナーのカレーマヨ炒め 154Kcal 0.6g	根菜とひじきの煮物 67Kcal 1.2g	葱入り厚焼玉子 139Kcal 0.4g	若竹煮 36Kcal 1.3g
サイドディッシュC 150円	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ
カレーライス 400円	カレーライス 684kcal 3.7g				
和麺 350円	かけそば・かけうどん 334kcal 4.2g				
中華麺 450円	味噌ラーメン 585kcal 7.3g 塩ラーメン 572kcal 7.8g 醤油ラーメン 546kcal 7.5g				
ご飯(単品) 110円	普通ご飯 357kcal				
味噌汁(単品) 70円	味噌汁 54Kcal 1.8g				
コーヒー(単品) 200円	コーヒー(単品ご注文の方)				
コーヒー(食事付) 120円	コーヒー(お食事をご注文されている方)				

※仕入れの都合により、メニューが変更になる場合がございます。予めご了承ください。

※ランチには小鉢はつきません。ご飯と味噌汁のみです。
バラエティには、小鉢・味噌汁が付きまます。お間違えないようお願い致します。

uniserv 株式会社魚国総本社