



アカデミア カフェランチメニュー 2026.2 【OPEN 11:30/L.O 13:40】



	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	土 7日
カフェランチ 500円	チキンカツ オーロラソース キャベツサラダ ごはん コンソメスープ	豚キムチ炒め 小松菜のお浸し ごはん 味噌汁	ガバオライス マカロニサラダ わかめスープ	あじフライ&餃子フライ れんこんの胡麻ドレサラダ ごはん 味噌汁	バーベキューチキン ポテトサラダ ごはん コンソメスープ	厚揚げの肉味噌炒め カリフラワーとMIXベジのサラダ ごはん すまし汁
単品スープ 100円	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 750 23 28.9 2.3	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 554 20 13 2	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 637 22 18.5 3.4	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 743 22.2 28.8 2.1	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 631 20.6 22.9 1.7	1kg - たんぱく質 脂質 食塩

	9日	10日	11日	12日	13日	14日
カフェランチ 500円	ハンバーグ ライトソース ごぼうの胡麻ドレサラダ ごはん 味噌汁	鶏肉のチリソース炒め ブロッコリーサラダ ごはん 中華スープ	建国記念 	青椒肉絲 小松菜の胡麻和え ごはん わかめスープ	鶏肉の唐揚げ 五目春雨 ごはん 味噌汁	
単品スープ 100円	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 660 22.3 17.8 3	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 608 22.2 17 2.5		1kg - たんぱく質 脂質 食塩 585 23 14 3	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 688 23.3 20.4 3.2	

	16日	17日	18日	19日	20日	21日
カフェランチ 500円	あらびきビーフのメチカ&ハムカツ パンフキンサラダ ごはん 味噌汁	野菜麻婆 春巻き 中華スープ	さばの竜田揚げ&豚ロース串か 三色ナムル ごはん 味噌汁	回鍋肉 ほうれん草とこんにゃくの胡麻和え ごはん 中華スープ	肉団子のピリ辛炒め 春雨の中華和え ごはん コンソメスープ	塩こうじチキン ブロッコリーの塩昆布和え ごはん 味噌汁
単品スープ 100円	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 820 17.3 29.1 2.4	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 659 18.5 19.9 3.1	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 616 19.8 16.8 2	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 572 20.9 12.8 2.7	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 650 18.9 14.9 3.8	1kg - たんぱく質 脂質 食塩

	23日	24日	25日	26日	27日	28日
カフェランチ 500円	天皇誕生日 	デミ・ソルバーク & チーズ ささみフライ ほうれん草としめじのソテー ごはん わかめスープ	チキンてりマヨ焼き カリフラワーのイタリアンサラダ ごはん 味噌汁	豚肉とキャベツの塩だれ炒め 蓮根サラダ ごはん コンソメスープ	鶏肉の唐揚げ 菜の花とえのきの和え物 ごはん 味噌汁	
単品スープ 100円		1kg - たんぱく質 脂質 食塩 625 21.5 15.1 2.7	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 628 22.2 21.8 2.7	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 603 21.1 18.8 1.8	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 658 24.6 19.5 2.5	

カフェランチ 500円	ご予約は店頭レジにてお受け致します (電子マネーもご利用いただけます)					日替わりランチの他にもカツカレーや ハンバーグなど豊富なメニューを ご用意しております！
単品スープ 100円						

* 材料入手の都合により、内容を変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。 【管理栄養士が献立を作っています】



アカデミア カフェBOXメニュー 2026.2 【販売時間13:10まで 売切れ次第終了】



	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	土 7日
ランチBOX 550円	チキンカツ オーロラソース キャベツサラダ 切干大根の煮物 ごはん	豚キムチ炒め 小松菜のお浸し 紅あずま甘露煮 ごはん	ガバオライス マカロニサラダ ほうれん草とコーンのソテー	あじフライ&餃子フライ れんこんの胡麻ドレサラダ しらたきの甘辛炒め ごはん	バーベキューチキン ポテトサラダ いんげんとしめじのソテー ごはん	厚揚げの肉味噌炒め カリフラワーとMIXベジのサラダ チンゲン菜の煮浸し ごはん
おかずのみ 450円	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 804 24.7 30.7 2.1	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 577 19.6 12.7 1.2	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 652 22.7 19.6 2.8	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 761 22 29.6 1.9	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 649 21.5 24 1	1kg - たんぱく質 脂質 食塩

	9日	10日	11日	12日	13日	14日
ランチBOX 550円	ハンバーグ ライトソース ごぼうの胡麻ドレサラダ オクラのお浸し ごはん	鶏肉のチリソース炒め ブロッコリーサラダ がんも煮 ごはん	建国記念 	青椒肉絲 小松菜の胡麻和え かぼちゃの煮物 ごはん	鶏肉の唐揚げ 五目春雨 大根フレンチサラダ ごはん	
おかずのみ 450円	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 666 22.7 17.5 2.5	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 658 25.3 20.5 2.5		1kg - たんぱく質 脂質 食塩 631 24 14.1 2.7	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 715 22.9 23.1 2.6	

	16日	17日	18日	19日	20日	21日
ランチBOX 550円	あらびきビーフのメチカ&ハムカツ パンフキンサラダ いんげんの生姜和え ごはん	野菜麻婆 春巻き スパサラダ ごはん	さばの竜田揚げ&豚ロース串か 三色ナムル スパソテーナポリタン ごはん	回鍋肉 ほうれん草とこんにゃくの胡麻和え シューマイ ごはん	肉団子のピリ辛炒め 春雨の中華和え プレーンオムレツ ごはん	塩こうじチキン ブロッコリーの塩昆布和え 五目大豆煮 ごはん
おかずのみ 450円	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 823 17.4 28.9 1.8	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 757 20 26.1 2.8	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 662 20.6 17.7 1.5	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 642 23.2 17 3	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 695 21.2 16.9 3.4	1kg - たんぱく質 脂質 食塩

	23日	24日	25日	26日	27日	28日
ランチBOX 550円	天皇誕生日 	デミ・ソルバーク & チーズ ささみフライ ほうれん草としめじのソテー 金平ごぼう ごはん	チキンてりマヨ焼き カリフラワーのイタリアンサラダ ポテトサラダ ごはん	豚肉とキャベツの塩だれ炒め 蓮根サラダ 厚焼き卵 ごはん	鶏肉の唐揚げ 菜の花とえのきの和え物 マカロニナポリタン ごはん	
おかずのみ 450円		1kg - たんぱく質 脂質 食塩 669 22.1 17.2 2.6	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 706 22.2 29.1 2.2	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 640 23.8 21.1 1.5	1kg - たんぱく質 脂質 食塩 715 26.3 21.1 2.1	

ランチBOX 550円						
おかずのみ 450円						

* 材料入手の都合により、内容を変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。 【管理栄養士が献立を作っています】

