



## 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	火	水	木	金	土						
	2日	3日	4日	5日	6日	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	ガパオライス 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						
单品スープ 100円	I群ギー - たんぱく質 750 23	脂質 28.9 2.3	食塩 554 20	I群ギー - たんぱく質 637 13	脂質 18.5 3.4	食塩 743 2.2	I群ギー - たんぱく質 631 20.6	脂質 22.9 1.7	食塩 631 20.6	I群ギー - たんぱく質 631 20.6	脂質 22.9 1.7	食塩 631 20.6

	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 ラトゥイソース 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 プロッコリーサラダ ごはん 中華スープ	建国記念 日	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	
单品スープ 100円	I群ギー - たんぱく質 660 22.3	脂質 17.8 3	食塩 608 22.2	I群ギー - たんぱく質 608 17 2.5	脂質 14 3	食塩 688 23.3	I群ギー - たんぱく質 688 20.4 3.2

	16日	17日	18日	19日	20日	21日	
	カフェランチ 500円	あらびきピーマンのマリナード&ハムカツ パンブキンサラダ ごはん 味噌汁	野菜麻婆丼 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	肉団子のビリ辛炒め 春雨の中華和え ごはん コンソメスープ	塩こうじチキン プロッコリーの塩昆布和え ごはん 味噌汁
单品スープ 100円	I群ギー - たんぱく質 820 17.3	脂質 29.1 2.4	食塩 659 18.5	I群ギー - たんぱく質 616 19.9 3.1	脂質 16.8 2	食塩 572 20.9	I群ギー - たんぱく質 650 18.9 3.8

	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 デミールバーゲン &チーズ ささみワサ ほうれん草としめじのソテー ごはん わかめスープ	チキン入りマヨ焼き 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		
单品スープ 100円	I群ギー - たんぱく質 625 21.5	脂質 15.1 2.7	食塩 628 22.2	I群ギー - たんぱく質 603 21.1	脂質 18.8 1.8	食塩 658 24.6	I群ギー - たんぱく質 658 19.5 2.5

	カフェランチ 500円	天皇誕生日 デミールバーゲン &チーズ ささみワサ ほうれん草としめじのソテー ごはん わかめスープ	チキン入りマヨ焼き 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		
单品スープ 100円	I群ギー - たんぱく質 625 21.5	脂質 15.1 2.7	食塩 628 22.2	I群ギー - たんぱく質 603 21.1	脂質 18.8 1.8	食塩 658 24.6	I群ギー - たんぱく質 658 19.5 2.5

\* 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	火	水	木	金	土	
	2日	3日	4日	5日	6日	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	ガパオライス 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	I群ギー - たんぱく質 804 24.7	脂質 30.7 2.1	食塩 577 19.6	I群ギー - たんぱく質 652 22.7	脂質 19.6 2.8	食塩 761 22 2.9	I群ギー - たんぱく質 649 21.5 2.1

	9日	10日	11日	12日	13日	14日	
	ランチBOX 550円	ハンバーグ ラトゥイソース 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 プロッコリーサラダ かんも煮 ごはん	建国記念 日	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	I群ギー - たんぱく質 666 22.7	脂質 17.5 2.5	食塩 658 25.3	I群ギー - たんぱく質 628 20.5	脂質 2.5	I群ギー - たんぱく質 631 24 14.1	I群ギー - たんぱく質 715 22.9 23.1

	16日	17日	18日	19日	20日	21日	
	ランチBOX 550円	あらびきピーマンのマリナード&ハムカツ パンブキンサラダ ごはん 味噌汁	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 スパシーテーナボリタン 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	肉団子のビリ辛炒め 春雨の中華和え フレーンオムレツ ごはん	
おかずのみ 450円	I群ギー - たんぱく質 823 17.4	脂質 28.9 1.8	食塩 757 20	I群ギー - たんぱく質 662 20.6	脂質 17.7 1.5	食塩 642 23.2	I群ギー - たんぱく質 695 21.2 3.4

	23日	24日	25日	26日	27日	28日	
	ランチBOX 550円	天皇誕生日 デミールバーゲン &チーズ ささみワサ ほうれん草としめじのソテー 金平ごぼう ごはん	チキン入りマヨ焼き 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 マカロニナボリタン ごはん		
おかずのみ 450円	I群ギー - たんぱく質 669 22.1	脂質 17.2 2.6	食塩 706 22.2	I群ギー - たんぱく質 640 23.8	脂質 21.1 1.5	食塩 715 26.3 21.1	I群ギー - たんぱく質 715 26.3 21.1

	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】

