



スマホで選べるスクールランチ
「PECOFREE (ペコフリー)」

愛知産業大学三河高等学校 様 9月メニュー

登録のことなど、分からない事は、
チャットで聞けるから安心！

カンタン登録！

登録はこちらのQRコードを
読み取って
簡単に出来るよ！



彩りシリーズ

豊富な献立と栄養バランスを兼ねそろえ、
日替りで毎日ワクワク！お昼が待ち遠しい！

1 日	お休み
2 月	始業式
3 火	とり天 専用スープ付 784kcal
4 水	EPA DHA サバ味噌焼き 690kcal
5 木	TERIYAKIハンバーグ 773kcal
6 金	牛肉コロッケ 776kcal
7 土	お休み
8 日	お休み
9 月	チキンカツ 771kcal
10 火	オンラインSOK!ブルコギ風 717kcal
11 水	CHECK 黒毛和牛メンチカツ 805kcal
12 木	えびフライ 733kcal
13 金	銀鮭西京漬焼き 817kcal
14 土	お休み
15 日	お休み
16 月	敬老の日
17 火	豆腐野菜ハンバーグわさびソース 791kcal
18 水	厚切りハムカツ 784kcal
19 木	KaNo! 若鶏竜田揚げ 818kcal
20 金	プリっ！とエビカツ 731kcal
21 土	お休み
22 日	秋分の日
23 月	振替休日
24 火	文化祭振休
25 水	イカのバター醤油焼き 750kcal
26 木	定番。豚ロース肉の生姜炒め 743kcal
27 金	文化祭
28 土	文化祭
29 日	お休み
30 月	タンドリーチキン 800kcal

麺シリーズ

日替りの麺シリーズは、
うどん、蕎麦、ラーメンと
メニュー種類も盛り沢山！

1 日	お休み
2 月	始業式
3 火	ときわSP竜田揚げと 揚げ野菜のおろしうどん お握り
4 水	温玉えび山菜蕎麦 お握り
5 木	こんがり焼き油揚げの キツネうどん お握り
6 金	海老入り天賦らーめん お握り
7 土	お休み
8 日	お休み
9 月	定番の冷やし中華 *マヨネーズ・辛子付き お握り
10 火	天ぷら蕎麦 お握り
11 水	KaNo! 黒唐揚げの 冷やし担々麺 お握り
12 木	冷やし揚げ茄子 とろろ蕎麦 お握り
13 金	月見エビ天うどん お握り
14 土	お休み
15 日	お休み
16 月	敬老の日
17 火	New 「中秋の名月」 月見豚焼肉サラダうどん お握り
18 水	とんかつ鬼おろし蕎麦 お握り
19 木	京都和風だしのカレーうどん お握り
20 金	「囃と狸が集合！」 月見山菜うどん お握り
21 土	お休み
22 日	秋分の日
23 月	振替休日
24 火	文化祭振休
25 水	本場讃岐うどん使用 豪華天ぷら5点盛り お握り
26 木	定番の冷やし中華 *マヨネーズ・辛子付き お握り
27 金	文化祭
28 土	文化祭
29 日	定休日
30 月	鴨肉と刻み海苔の ザッパリ塩ラーメン お握り

幕丼シリーズ

「幕の内」「丼もの」が日替りでラインナップ。
ボリュームたっぷり、お腹満足！
前日16:00迄のご予約

1 日	お休み
2 月	始業式
3 火	幕 中華弁当
4 水	幕 天むす&目玉焼きそば
5 木	幕 豚肉スパイシーカレー炒め
6 金	丼 CHECK ときわSP竜田揚げの 卵あんかけ丼
7 土	お休み
8 日	お休み
9 月	幕 和風おろしハンバーグ 焼き野菜添え
10 火	幕 デラックスのり弁
11 水	丼 しょうゆカツ丼
12 木	丼 ポリューム満天丼
13 金	幕 KaNo! 味噌ヒレカツと 若鶏唐揚げ弁当
14 土	お休み
15 日	お休み
16 月	敬老の日
17 火	丼 New 「中秋の名月」 彩り月見丼
18 水	幕 目玉焼デミハンバーグと 喫茶ナポリタン
19 木	幕 焼きそば&お好焼きの お握りランチ
20 金	幕 3種の味」のとり天弁当
21 土	お休み
22 日	秋分の日
23 月	振替休日
24 火	文化祭振休
25 水	幕 ちょっと大人な お子様ランチ
26 木	幕 New 中華風オイスターソース ハンバーグ
27 金	文化祭
28 土	文化祭
29 日	お休み
30 月	幕 紅鮭の乗ったのり弁 贅沢幕の内弁当

ミニ弁当

少食の方にはミニ弁当がピッタリ。
少ない目でもおかずも楽しめますヨ。
前日16:00迄のご予約

1 日	お休み
2 月	始業式
3 火	とり天 専用スープ付
4 水	EPA DHA サバ味噌焼き もち麦
5 木	TERIYAKIハンバーグ お握り
6 金	牛肉コロッケ
7 土	お休み
8 日	お休み
9 月	チキンカツ
10 火	オンラインSOK!ブルコギ風
11 水	メンチカツ
12 木	えびフライ
13 金	銀鮭西京漬焼き お握り
14 土	お休み
15 日	お休み
16 月	敬老の日
17 火	豆腐野菜ハンバーグわさびソース 十六穀
18 水	厚切りハムカツ
19 木	KaNo! 若鶏竜田揚げ
20 金	プリっ！とエビカツ
21 土	お休み
22 日	秋分の日
23 月	振替休日
24 火	文化祭振休
25 水	イカのバター醤油焼き お握り
26 木	定番。豚ロース肉の生姜炒め
27 金	文化祭
28 土	文化祭
29 日	お休み
30 月	タンドリーチキン 発芽玄米

健美膳

ヘルシー嬉しい健美膳。
日替りの雑穀米はミネラル豊富。
健康習慣は体も心も育みます。

1 日	お休み
2 月	始業式
3 火	海鮮八宝菜 五穀米 455kcal
4 水	チキンステーキ照り焼きソース もち麦 514kcal
5 木	KaNo! エビフライ 十六穀 520kcal
6 金	サーモン袖焼焼き 発芽玄米 479kcal
7 土	お休み
8 日	お休み
9 月	豆腐ステーキ甘辛あん 五穀米 547kcal
10 火	イカの磯辺天ぷら もち麦 531kcal
11 水	BBQポークソテー 十六穀 471kcal
12 木	ささみステーキオーロラソース 発芽玄米 537kcal
13 金	黒酢豚 黒米 525kcal
14 土	お休み
15 日	お休み
16 月	敬老の日
17 火	若鶏竜田揚げ 十六穀 530kcal
18 水	蒸し鶏と野菜のフレンチサラダ 発芽玄米 454kcal
19 木	EPA DHA サバ塩焼き 黒米 557kcal
20 金	タンドリーチキン 五穀米 542kcal
21 土	お休み
22 日	秋分の日
23 月	振替休日
24 火	文化祭振休
25 水	たっぷり野菜の回鍋肉 黒米 484kcal
26 木	CHECK 鶏肉パン粉焼き 五穀米 599kcal
27 金	文化祭
28 土	文化祭
29 日	お休み
30 月	鶏肉と鴨肉の治部煮 発芽玄米 462kcal

予約不可
現金払いのみ

当日販売もB棟1階自動販売機前でやっているよ！

■ アレルギーに対応したメニューは
ご用意しておりません。

