

本館 3階 食堂

# MENU

11:30~14:30

<熱量・糖質の表示について>

熱量=[メイン]+[味噌汁45kcal]+[ご飯普通盛336kcal]の総合計

※( )内の数字はメイン料理のみのkcalと糖質を表示しています

	9/25(日)	9/26(月)	9/27(火)	9/28(水)	9/29(木)	9/30(金)	10/1(土)	
<b>【定食A】 700円</b>	食堂 お休み	鮭の黄金焼き	チャプチェ	チキンカツ	肉野菜炒め	アジの 彩りマリネ	おろし唐揚げ	
熱量		604(223)kcal	830(449)kcal	607(226)kcal	857(476)kcal	566(185)kcal	843(462)kcal	
食塩相当量		0.9g	1.5g	0.8g	2.9g	1.7g	1.5g	
糖質		79.2(5.0)g	91.7(17.5)g	84.9(10.7)g	93.5(19.3)g	76.1(1.9)g	93.5(19.3)g	
<b>【定食B】 700円</b>		味噌豚丼 (味噌汁+小鉢)	チキン南蛮	八宝菜	照り焼きチキン	味噌カツ		
熱量		647(266)kcal	891(510)kcal	724(343)kcal	759(378)kcal	714(333)kcal		
食塩相当量		1.8g	0.9g	1.7g	2.6g	3.4g		
糖質		94.6(20.4)g	85.4(11.2)g	81.9(7.7)g	86.5(12.3)g	107.2(33)g		
<b>【カレーセット】 550円</b>		カレーライス+小鉢 or チーズカレーライス						

毎日メニュー

- ◎きつねうどん(446kcal 塩分5.6g)..... 400円
- ◎わかめうどん(334kcal 塩分5.9g)..... 400円
- ◎うどん大盛り..... +100円
- ◎カレー(単品)(770kcal 塩分3.3g)..... 450円
- ◎カレー大盛り..... +100円
- ◎ご飯(単品)(336kcal)..... 130円
- ◎大盛り(ご飯)(504kcal)..... +50円
- ◎小鉢..... 100円

(小鉢のみのご利用もできます。)

※ 定食についている小鉢は約49~140kcalです

お飲物

- ◎コーヒー..... 180円
- (お食事をご注文の方は100円です)



Asovivaキッチン