

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

| | 1/22(日) | 1/23(月) | 1/24(火) | 1/25(水) | 1/26(木) | 1/27(金) | 1/28(土) | | |
|--|------------------------|-----------|------------------|--------------|----------------|-------------------|-------------------------|--|--|
| 【A定食】 ヘルシーメニュー 700円 1日限定30食 熱量 食塩相当量 糖質 | 食堂 お休み | 食堂 お休み | ヘルシーメニュー 1日限定30食 | | | | | | |
| | | | 野菜たっぷり プルコギ | 鶏と大根の 中華煮 | 醤油麴の サンマ生姜煮 | 鶏肉と厚揚げの 生姜味噌炒め | 醤油麴の キャベツ 焼きメンチカツ | | |
| | | | 593(212)kcal | 526(145)kcal | 612(231)kcal | 708(327)kcal | 752(371)kcal | | |
| | | | 1.1g | 1.4g | 2.0g | 2.2g | 2.5g | | |
| 【定食B】 700円 熱量 食塩相当量 糖質 | 食堂 お休み | 食堂 お休み | 鯖の塩焼き | ポークチャップ | チキン南蛮 | おろし とんかつ | | | |
| | | | 630(249)kcal | 890(509)kcal | 891(510)kcal | 806(425)kcal | | | |
| | | | 3.1g | 1.2g | 0.9g | 1.0g | | | |
| | | | 75.5(1.3)g | 91.0(16.8)g | 85.4(11.2)g | 90.0(15.8)g | | | |
| 【カレーセット】 550円 | 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
- ◎小鉢(小鉢のみのご利用もできます)・・ 100円

- ◎ご飯(単品)(336kcal)..... 130円
- ◎大盛り(ご飯)(504kcal)..... +50円

お飲物

- ◎コーヒー..... 180円
(お食事をご注文の方は100円です)

