

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

ヘルシーメニュー! ※()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

	2/5(日)	2/6(月)	2/7(火)	2/8(水)	2/9(木)	2/10(金)	2/11(土)
【定食A】 700円	食堂 お休み	さわらの ネギみそ焼き	チキンのトマト 煮込み (ご飯+小鉢)	大根と鶏肉の 甘辛煮	鮭の黄金焼き	豚とキャベツ の 塩麴蒸し	食堂 お休み
熱量		732(351)kcal	649(313)kcal	709(328)kcal	604(223)kcal	953(572)kcal	
食塩相当量		1.9g	2.8g	3.3g	0.9g	4.6g	
糖質		80.2(6.0)g	81.9(7.8)g	79.9(5.7)g	79.2(5.0)g	82.4(8.2)g	
【定食B】 700円		チキン南蛮	豚カルビ丼 (味噌汁+小鉢)	味噌カツ	油淋鶏	カニクリーム & ちくわの磯部揚げ	
熱量		891(510)kcal	671(206)kcal	714(333)kcal	832(451)kcal	764(383)kcal	
食塩相当量		0.9g	3.0g	3.4g	4.2g	2.5g	
糖質		85.4(11.2)g	193.0(101.0)g	107.2(33.0)g	91.4(17.2)g	99.3(24.2)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
- ◎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)

