

# MENU

<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

11:30~14:30



	4/14(日)	4/15(月)	4/16(火)	4/17(水)	4/18(木)	4/19(金)	4/20(土)	
【定食A】 700円	食堂 お休み	カニクリーム & ちくわの磯部揚げ	鶏もも肉の 塩焼薬味だれ	味噌カツ	油淋鶏	チキン竜田	チキンソテー (和風ソース)	
熱量		764(383)kcal	505(124)kcal	714(333)kcal	832(451)kcal	723(342)kcal	766(385)kcal	
食塩相当量		2.5g	1.3g	3.4g	4.2g	1.8g	1.6g	
糖質		99.3(24.2)g	76.2(2.0)g	107.2(33.0)g	91.4(17.2)g	81.6(7.4)g	81.6(9.2)g	
【定食B】 700円		鶏の唐揚げ 甘辛胡椒だれ	チャプチェ	あんかけ スパゲティ (味噌汁+小鉢)	豚カルビ丼 (味噌汁+小鉢)	カレーうどん (ご飯+小鉢)		
熱量		836(455)kcal	830(449)kcal	781(736)kcal	671(206)kcal	794(458)kcal		
食塩相当量		2.8g	1.5g	6.6g	3.0g	3.2g		
糖質		95.4(21.2)g	91.7(17.5)g	85.5g(あんかけスパのみ)	193.0(101.0)g	141(66.8)g		
【カレーセット】 600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

※ 定食についている小鉢は約49~140kcalです

- ◎きつね+わかめうどん(446kcal 塩分5.6g) 500円
- ◎うどん大盛り.....+100円
- ◎カレー(単品)(770kcal 塩分3.3g)..... 500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..... 150円

(小鉢のみのご利用もできます。)

お飲物

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

