

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

ヘルシーメニュー!

	5/5(日)	5/6(月)	5/7(火)	5/8(水)	5/9(木)	5/10(金)	5/11(土)
【定食A】 700円	食堂 お休み	食堂 お休み	アジフライ	チキンカツ	鱈の磯辺揚げ	塩豚の 香味ソース添え	チキン南蛮
熱量			771(390)kcal	607(226)kcal	724(343)kcal	636(255)kcal	891(510)kcal
食塩相当量			4.1g	0.8g	0.5g	3.0g	0.9g
糖質			87.2(13.0)g	84.9(10.7)g	83.1(8.9)g	76.8(2.6)g	85.4(11.2)g
【定食B】 700円	食堂 お休み	食堂 お休み	とり天	担々麺 (ご飯+小鉢)	焼肉	チキン竜田	
熱量			647(266)kcal	1132(796)kcal	805(424)kcal	723(342)kcal	
食塩相当量			0.5g	6.0g	2.4g	1.8g	
糖質			86.6(12.4)g	148.5(74.3)g	80.5(6.3)g	81.6(7.4)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

- ◎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。)

※ 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)

