

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!

	2/2(日)	2/3(月)	2/4(火)	2/5(水)	2/6(木)	2/7(金)	2/8(土)	
【定食A】 700円	食堂 お休み	鯖の塩焼き	鶏むね肉の レモンあんかけ 炒め	鶏のからあげ	鮭の黄金焼き	チキンカツ	鶏の香草焼き	
熱量		630(249)kcal	555(174)kcal	832(451)kcal	604(223)kcal	607(226)kcal	749(368)kcal	
食塩相当量		3.1g	1.4g	1.5g	0.9g	0.8g	1.8g	
糖質		75.5(1.3)g	76.5g(2.3g)	93.2(19.0)g	79.2(5.0)g	84.9(10.7)g	75.5(1.3)g	
【定食B】 700円		チキン南蛮	豚カルビ丼 (味噌汁+小鉢)	ビーフシチュー (ご飯+小鉢)	プルコギ	担々麺 (ご飯+小鉢)		
熱量		891(510)kcal	671(206)kcal	687(351)kcal	647(266)kcal	1132(796)kcal		
食塩相当量		0.9g	3.0g	2.1g	2.2g	6g		
糖質		85.4(11.2)g	193.0(101.0)g	95.1(20.9)g	98.3(24.1)g	148.5(74.3)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)

