

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!

	3/23(日)	3/24(月)	3/25(火)	3/26(水)	3/27(木)	3/28(金)	3/29(土)	
【定食A】 700円	食堂 お休み	ネギ塩だれの 豚焼肉	鱈の野菜あんかけ	エビと野菜の チリソース	鮭の黄金焼き	チキンのさっぱり きのこソース	照り焼きチキン	
熱量		681(300)kcal	724(343)kcal	636(255)kcal	604(223)kcal	529(148)kcal	759(378)kcal	
食塩相当量		1.8g	2.9g	2.0g	0.9g	0.7g	2.6g	
糖質		77.4(3.2)g	78.6(4.4)g	83.4(9.2)g	79.2(5.0)g	75.6(1.4)g	86.5(12.3)g	
【定食B】 700円		カレーうどん (ご飯+小鉢)	おろし唐揚げ	牛丼 (味噌汁+小鉢)	ソースカツ丼 (味噌汁+小鉢)	味噌豚丼 (味噌汁+小鉢)		
熱量		794(458)kcal	843(462)kcal	771(306)kcal	956(491)kcal	731(266)kcal		
食塩相当量		3.2g	1.5g	2.5g	3.5g	1.8g		
糖質		141(66.8)g	93.5(19.3)g	172.6(98.4)g	114.1(22.1)g	94.6(20.4)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)

