

本館 3階 食堂

MENU

11:30~14:30

ヘルシーメニュー！

<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

	5/4(日)	5/5(月)	5/6(火)	5/7(水)	5/8(木)	5/9(金)	5/10(土)
【定食A】 700円	食 堂 お休み	食 堂 お休み	食 堂 お休み	カニクリーム & ちくわの磯部揚げ	さわらの ネギみそ焼き	キャベツと春雨の 豚肉炒め	照り焼きチキン
熱 量				764(383)kcal	732(351)kcal	660(279)kcal	759(378)kcal
食塩相当量				2.5g	1.9g	2.3g	2.6g
糖 質				99.3(24.2)g	80.2(6.0)g	103.8(29.6)g	86.5(12.3)g
【定食B】 700円				あんかけ スパゲティ (味噌汁+小鉢)	おろし とんかつ	鶏のチリマヨ ソース	
熱 量				781(736)kcal	806(425)kcal	841(460)kcal	
食塩相当量				6.6g	1.0g	1.5g	
糖 質				85.5g	90.0(15.8)g	88.5(14.3)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

※ 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)



Asovivaキッチン