

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

	5/25(日)	5/26(月)	5/27(火)	5/28(水)	5/29(木)	5/30(金)	5/31(土)
【定食A】 700円	食堂 お休み	食堂 お休み	白身魚の エスニック ムニエル	鯖の味噌煮	チキンソテー (和風ソース)	麻婆豆腐	油淋鶏
熱量			553(172)kcal	621(240)kcal	766(385)kcal	608(227)kcal	832(451)kcal
食塩相当量			1.2g	2.5g	1.6g	1.6g	4.2g
糖質			80.9(6.7)g	84.1(9.9)g	81.6(9.2)g	82.9(8.7)g	91.4(17.2)g
【定食B】 700円			とり天	ネギ塩だれの 豚焼肉	担々麺 (ご飯+小鉢)	焼肉	
熱量	647(266)kcal	681(300)kcal	1132(796)kcal	805(424)kcal			
食塩相当量	0.5g	1.8g	6g	2.4g			
糖質	86.6(12.4)g	77.4(3.2)g	148.5(74.3)g	80.5(6.3)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)



Asovivaキッチン