

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

	6/1(日)	6/2(月)	6/3(火)	6/4(水)	6/5(木)	6/6(金)	6/7(土)
【定食A】 700円	食堂 お休み	エビと卵の 中華炒め	鶏のからあげ	冷しゃぶサラダ	チキン竜田	鶏胸肉の 和風焼カツ	チキン南蛮
熱量		598(217)kcal	832(451)kcal	805(424)kcal	723(342)kcal	630(249)kcal	891(510)kcal
食塩相当量		1.3g	1.5g	1.8g	1.8g	1.5g	0.9g
糖質		75.8(1.6)g	93.2(19)g	76.6(2.4)g	81.6(7.4)g	84.9(10.7)g	85.4(11.2)g
【定食B】 700円		豚の生姜焼き	回鍋肉	プルコギ	野菜たっぷり ちゃんぽん麺 (ご飯か味噌汁+小鉢)	青椒肉絲	
熱量	755(374)kcal	704(323)kcal	647(266)kcal	1057(721)kcal	805(424)kcal		
食塩相当量	2.3g	3.1g	2.2g	6.6g	0.8g		
糖質	82.0(7.8)g	81.3(7.1)g	98.3(24.1)g	155.8(81.6)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)

