

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

	12/21(日)	12/22(月)	12/23(火)	12/24(水)	12/25(木)	12/26(金)	11:00~14:00 12/27(土)
【定食A】 700円	食 堂 お休み	麻婆ナス	さわらの ネギみそ焼き	チキン竜田	八宝菜	サーモンの カレームニエル	《年末特別メニュー》 〈セット〉650円 海老天そば + 五目御飯
熱 量		558(177)kcal	732(351)kcal	723(342)kcal	724(343)kcal	570(189)kcal	
食塩相当量		3.3g	1.9g	1.8g	1.7g	0.5g	
糖質		81.0(6.8)g	80.2(6.0)g	81.6(7.4)g	81.9(7.7)g	83.0(8.8)g	
【定食B】 700円		カレーうどん (ご飯+小鉢)	鶏のからあげ	ビーフシチュー (ご飯+小鉢)	カニクリーム & ちくわの磯部揚げ	おろし唐揚げ	〈単品〉 海老天そば500円 五目御飯150円
熱 量		794(458)kcal	832(451)kcal	687(351)kcal	764(383)kcal	843(462)kcal	687(456)kcal
食塩相当量		3.2g	1.5g	2.1g	2.5g	1.5g	6.2g
糖質		141(66.8)g	93.2(19)g	95.1(20.9)g	99.3(24.2)g	93.5(19.3)g	118.7(72.0)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