

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

	4/19(日)	4/20(月)	4/21(火)	4/22(水)	4/23(木)	4/24(金)	4/25(土)	
【定食A】 700円	食堂 お休み	エビと卵の 中華炒め	焼肉	ネギトロ丼 (味噌汁+小鉢)	鯖の磯辺揚げ	塩豚の 香味ソース添え	照り焼きチキン	
熱量		598(217)kcal	805(424)kcal	605(140)kcal	724(343)kcal	636(255)kcal	759(378)kcal	
食塩相当量		1.3g	2.4g	1.2g	0.5g	3.0g	2.6g	
糖質		75.8(1.6)g	80.5(6.3)g	92.1(0.1)g	83.1(8.9)g	76.8(2.6)g	86.5(12.3)g	
【定食B】 700円		とり天	かき揚げうどん (ご飯+小鉢)	おろし唐揚げ	豚肉のチーズ パン粉焼き	鶏のチリマヨ ソース		
熱量		647(266)kcal	736(400)kcal	843(462)kcal	801(420)kcal	841(460)kcal		
食塩相当量		0.5g	6.5g	1.5g	0.9g	1.5g		
糖質		86.6(12.4)g	142.5(68.3)g	93.5(19.3)g	77.7(3.5)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

- ◎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