


# 今週のカフェテリアメニュー

10月9日(月)～10月13日(金)



|                |                | ／9日(月)  | ／10日(火)  | ／11日(水)  | ／12日(木)  | ／13日(金)  |
|----------------|----------------|---|--|--|--|--|
| おすすめメニュー       |                | <div style="font-size: 4em; font-weight: bold; color: blue;">体育の日</div>  | ホタテクリームコロッケ  | ジャージャー麺  | 鶏肉の味噌焼き  | 豚肉の生姜焼き丼   |
|                |                |   | 340円   | 450円   | 340円   | 400円   |
| 405kcal 塩分1.1g | 589kcal 塩分3.3g |   | 230kcal 塩分1.4g   | 787kcal 塩分1.9g   |  |  |
| ヘルシーメニュー       | 300円           |   | 牛肉と豆のトマトシチュー   | 鶏肉のなめこおろし煮   | ゆで豚の香味ソース  | スープカレー   |
|                |                |   | <small>                     単品 333kcal 塩分1.7g<br/>                     御飯(小) 614kcal 塩分3.6g<br/>                     御飯(中) 738kcal 塩分3.6g                 </small> | <small>                     単品 332kcal 塩分1.2g<br/>                     御飯(小) 599kcal 塩分3.0g<br/>                     御飯(中) 723kcal 塩分3.0g                 </small> | <small>                     単品 264kcal 塩分0.9g<br/>                     御飯(小) 531kcal 塩分2.7g<br/>                     御飯(中) 655kcal 塩分2.7g                 </small> | <small>                     単品 276kcal 塩分1.5g<br/>                     御飯(小) 580kcal 塩分3.5g<br/>                     御飯(中) 704kcal 塩分3.5g                 </small> |
| メインディッシュ       | 320円           |   | 照り焼きチキン  | ネギ味噌カツ   | チキンハーフ揚げ   | 鶏の辛マヨ竜田揚げ  |
|                |                |   | 261kcal 塩分1.3g   | 486kcal 塩分1.8g   | 359kcal 塩分1.0g   | 356kcal 塩分1.2g   |
| メインディッシュ       | 270円           |   | 鯖の塩焼き  | 赤魚の粕漬け   | タラの西京焼き  | 秋刀魚の塩焼き  |
|                |                |   | 280kcal 塩分1.2g   | 196kcal 塩分0.9g   | 124kcal 塩分0.8g   | 322kcal 塩分1.3g   |
| サブディッシュ        | 160円           |   | ハムカツ   | 木耳と卵の炒め物   | 大根とこんにゃくの田楽  | 揚げ出し豆腐   |
|                |                | 177kcal 塩分0.4g  | 157kcal 塩分0.7g   | 49kcal 塩分1.1g  | 208kcal 塩分0.8g   |  |

※ 小鉢は全品80円になります。

◆ 当店は、国産米を使用しております。

ヘルシーメニュー 好評販売中です

