



# 今週のカフェテリアメニュー

## 3月25日(月)～3月29日(金)



|          |             | ／25日(月)   | ／26日(火)   | ／27日(水)   | ／28日(木)   | ／29日(金)   |
|----------|-------------|---|---|---|---|---|
| おすすめメニュー |             | 鶏の唐揚げ<br>エスニック風   | ゆで豚の<br>おろしポン酢かけ  | カニあんかけ<br>チャーハン   | ジャンボ<br>メンチカツ   | 目玉焼きのせ<br>焼肉丼   |
|          |             | <b>340円</b>   | <b>340円</b>   | <b>450円</b>   | <b>340円</b>   | <b>450円</b>   |
|          |             | 303kcal 塩分1.6g  | 326kcal 塩分1.7g  | 565kcal 塩分3.2g  | 369kcal 塩分1.8g  | 792kcal 塩分2.5g  |
| ヘルシーメニュー | <b>300円</b> | タンダリーチキン  | 蒸し鶏と温野菜の<br>胡麻だれかけ  | さわらの<br>香味野菜のせ  | スープカレー  | 豆腐ハンバーグ<br>みぞれあん  |
|          |             | 単品 247kcal 塩分1.3g<br>御飯(小) 530kcal 塩分3.6g<br>御飯(中) 640kcal 塩分3.6g | 単品 300kcal 塩分1.2g<br>御飯(小) 567kcal 塩分3.0g<br>御飯(中) 691kcal 塩分3.0g | 単品 236kcal 塩分1.3g<br>御飯(小) 540kcal 塩分3.3g<br>御飯(中) 664kcal 塩分3.3g | 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 | 単品 235kcal 塩分1.2g<br>御飯(小) 518kcal 塩分3.5g<br>御飯(中) 642kcal 塩分3.5g |
| メインディッシュ | <b>320円</b> | 牛肉と野菜の<br>韓国風炒め   | ネギ味噌カツ  | チキンタツタの<br>和風ソース  | 照り焼きチキン   | チキンカツ<br>スパイシーソース   |
|          |             | 282kcal 塩分1.5g  | 480kcal 塩分1.8g  | 394kcal 塩分1.5g  | 261kcal 塩分1.3g  | 363kcal 塩分1.3g  |
|          | <b>270円</b> | 春巻きの<br>野菜あんかけ  | 鱈の開き  | 麻婆茄子  | イカのチリソース煮   | 鯖の明太子焼き   |
|          |             | 244kcal 塩分1.7g  | 272kcal 塩分0.7g  | 186kcal 塩分1.3g  | 169kcal 塩分1.6g  | 247kcal 塩分1.6g  |
| サブディッシュ  | <b>160円</b> | 揚げ出し茄子  | 親子煮   | 揚げ焼売  | 大根のそぼろ煮   | 具だくさん豚汁   |
|          |             | 90kcal 塩分0.8g   | 202kcal 塩分1.1g  | 283kcal 塩分1.5g  | 87kcal 塩分1.0g   | 147kcal 塩分1.7g  |

※ 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

