



# 今週のカフェテリアメニュー



## 10月7日(月)～10月11日(金)

**11日(金)は炊きこみご飯フェア! きのこご飯をライスと同額で販売致します。**

|          |      | ／7日(月)   | ／8日(火)   | ／9日(水)   | ／10日(木)  | ／11日(金)  |
|----------|------|--|--|--|--|--|
| おすすめメニュー |      | 牛そぼろ<br>バジル炒めご飯  | ジャンボチキンカツ  | 海老たっぷり八宝菜  | 三色丼  | ヒレカツ   |
|          |      | <b>460円</b>  | <b>350円</b>  | <b>350円</b>  | <b>460円</b>  | <b>350円</b>  |
|          |      | 884kcal 塩分2.8g   | 413kcal 塩分1.1g   | 212kcal 塩分1.3g   | 794kcal 塩分2.7g   | 309kcal 塩分1.0g   |
| ヘルシーメニュー | 310円 | 鶏肉の<br>なめこおろし煮   | 牛肉と野菜の<br>オイスターソース炒め   | 生姜風味肉豆腐  | 蒸し鶏と温野菜の<br>胡麻だれかけ   | 厚揚げの酢豚風  |
|          |      | <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 250kcal 塩分1.4g<br/>御飯(小) 535kcal 塩分3.3g<br/>御飯(中) 659kcal 塩分3.3g</small> | <small>単品 288kcal 塩分1.2g<br/>御飯(小) 592kcal 塩分3.2g<br/>御飯(中) 716kcal 塩分3.2g</small> | <small>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</small> | <small>単品 311kcal 塩分1.6g<br/>御飯(小) 578kcal 塩分3.4g<br/>御飯(中) 702kcal 塩分3.4g</small> |
| メインディッシュ | 330円 | ジューシーメンチカツ   | 照り焼きチキン  | おろしとんかつ  | 鶏の辛マヨ竜田揚げ  | イタリアンハンバーグ   |
|          |      | 339kcal 塩分1.4g   | 261kcal 塩分1.3g   | 448kcal 塩分1.5g   | 356kcal 塩分1.2g   | 361kcal 塩分2.2g   |
|          | 280円 | 鶏肉のカレー煮  | 辛口麻婆豆腐   | 肉ニラ炒め  | 赤魚の西京焼き  | 春巻きの<br>野菜あんかけ   |
|          |      | 257kcal 塩分1.3g   | 212kcal 塩分1.3g   | 174kcal 塩分1.3g   | 123kcal 塩分0.9g   | 244kcal 塩分1.7g   |
| サブディッシュ  | 160円 | フライドチキン  | 鶏肉と大根の煮物   | カボチャコロッケ   | 三元豚スープ餃子   | 豚肉の柳川風   |
|          |      | 241kcal 塩分0.9g   | 100kcal 塩分1.1g   | 266kcal 塩分0.7g   | 284kcal 塩分3.3g   | 174kcal 塩分1.1g   |

※ 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**

