



今週のカフェテリアメニュー

9月28日(月)～10月2日(金)



| | | ／28日(月) | ／29日(火) | ／30日(水) | ／1日(木) | ／2日(金) |
|----------|-------------|--|--|--|--|--|
| おすすめメニュー | | 牛肉の すき焼き風 | 広東風 五目焼きそば | 鶏の唐揚げ エスニック風 | サラダ 油淋鶏丼 | サーモンフライ タルタルソース |
| | | 350円 | 410円 | 350円 | 460円 | 350円 |
| | | 353kcal 塩分1.6g | 532kcal 塩分3.0g | 303kcal 塩分1.6g | 733kcal 塩分1.4g | 447kcal 塩分1.2g |
| ヘルシーメニュー | 310円 | 蒸し鶏と温野菜の 胡麻だれかけ | チキンソテーの サラダ仕立て | サバの南蛮漬け | さわらの 柚子あんかけ | 牛肉と豆の トマトシチュー |
| | | <small>単品 300kcal 塩分1.2g 御飯(小) 567kcal 塩分3.0g 御飯(中) 691kcal 塩分3.0g</small> | <small>単品 319kcal 塩分1.1g 御飯(小) 602kcal 塩分3.4g 御飯(中) 726kcal 塩分3.4g</small> | <small>単品 348kcal 塩分1.4g 御飯(小) 615kcal 塩分3.2g 御飯(中) 739kcal 塩分3.2g</small> | <small>単品 291kcal 塩分1.1g 御飯(小) 574kcal 塩分3.4g 御飯(中) 698kcal 塩分3.4g</small> | <small>単品 333kcal 塩分1.7g 御飯(小) 614kcal 塩分3.6g 御飯(中) 738kcal 塩分3.6g</small> |
| メインディッシュ | 330円 | イタリアンハンバーグ | 豚肉の生姜焼き | 牛肉と野菜の 韓国風炒め | 照き焼きチキン | 青椒肉絲 |
| | | 305kcal 塩分2.2g | 314kcal 塩分1.3g | 282kcal 塩分1.5g | 261kcal 塩分1.3g | 267kcal 塩分1.6g |
| | 280円 | ササミチーズカツ | 鶏肉ときのこの みぞれ煮 | 赤魚の粕漬け | アジフライ | 春巻きの野菜あんかけ |
| | | 282kcal 塩分1.1g | 225kcal 塩分1.4g | 196kcal 塩分0.9g | 283kcal 塩分1.1g | 244kcal 塩分1.7g |
| サブディッシュ | 160円 | 肉ジャガ | 牛肉コロッケ | 揚げ出し豆腐 | 具だくさん豚汁 | 焼きビーフン |
| | | 129kcal 塩分0.9g | 253kcal 塩分0.6g | 208kcal 塩分0.8g | 147kcal 塩分1.7g | 144kcal 塩分0.9g |

※ 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

