



今週のカフェテリアメニュー

7月17日(月)~7月21日(金)



		／17日(月)	／18日(火)	／19日(水)	／20日(木)	／21日(金)
おすすめメニュー		海の日 	広東風 五目焼きそば 420円 532kcal 塩分3.0g	ヒレカツ 360円 309kcal 塩分1.0g	鶏の生姜焼き 薬味のせ 360円 235kcal 塩分1.2g	ビーフカレー 470円 690kcal 塩分2.8g
			チキンソテーの サラダ仕立て 単品 319kcal 塩分1.1g 御飯(小) 602kcal 塩分3.4g 御飯(中) 726kcal 塩分3.4g	根菜のポトフ 単品 252kcal 塩分2.2g 御飯(小) 531kcal 塩分4.0g 御飯(中) 655kcal 塩分4.0g	サバの南蛮漬け 単品 348kcal 塩分1.4g 御飯(小) 615kcal 塩分3.2g 御飯(中) 739kcal 塩分3.2g	蒸し鶏と温野菜の 胡麻だれがけ 単品 300kcal 塩分1.2g 御飯(小) 567kcal 塩分3.0g 御飯(中) 691kcal 塩分3.0g
ヘルシーメニュー	330円		チーズインハンバーグ 319kcal 塩分2.4g	チキン 明太子マヨネーズ焼き 315kcal 塩分1.4g	ネギ味噌カツ 400kcal 塩分1.8g	牛肉コロッケと ピーマン肉詰めフライ 288kcal 塩分1.7g
			アジフライ 283kcal 塩分1.1g	フリの照り焼き 330kcal 塩分0.7g	辛口麻婆豆腐 212kcal 塩分1.3g	鮭の塩焼き 196kcal 塩分0.6g
メインディッシュ	350円 290円		にらおやき 195kcal 塩分1.5g	鶏肉と大根の煮物 100kcal 塩分1.1g	揚げ焼売 285kcal 塩分1.5g	木耳と卵の炒め物 157kcal 塩分0.7g
			サフディッシュ 170円			

※ 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。

