



# 今週のカフェテリアメニュー

11月6日(月)~11月10日(金)



|          |      | ／6日(月)  | ／7日(火)  | ／8日(水)  | ／9日(木)  | ／10日(金)   |
|----------|------|---|---|---|---|---|
| おすすめメニュー |      | ジャンボ鱈フライ  | 油淋鶏   | 四川風麻婆丼  | 秋野菜たっぷりチキンシチュー  | ビーフカレー  |
|          |      | <b>380円</b>   | <b>380円</b>   | <b>440円</b>   | <b>380円</b>   | <b>490円</b>   |
|          |      | 346kcal 塩分1.2g  | 372kcal 塩分1.2g  | 582kcal 塩分1.3g  | 373kcal 塩分2.5g  | 690kcal 塩分2.8g  |
| ヘルシーメニュー | 350円 | 鶏肉のなめこおろし煮  | さわらの香味野菜のせ  | タンドリーチキン  | ゆで豚の香味ソース   | タラのピカタラタトゥイユ風   |
|          |      | 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 | 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 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 264kcal 塩分0.9g<br>御飯(小) 531kcal 塩分2.7g<br>御飯(中) 655kcal 塩分2.7g | 単品 265kcal 塩分1.6g<br>御飯(小) 569kcal 塩分3.6g<br>御飯(中) 693kcal 塩分3.6g |
| メインディッシュ | 370円 | ジューシーメンチカツ  | 和風おろしハンバーグ  | ネギ味噌カツ  | チキンハーフガーリックソテー  | 豚肉の生姜焼き   |
|          |      | 339kcal 塩分1.4g  | 299kcal 塩分2.4g  | 400kcal 塩分1.8g  | 285kcal 塩分1.5g  | 314kcal 塩分1.3g  |
|          | 310円 | 野菜炒め  | 肉団子入りピリ辛スープ   | 鯖の塩焼き   | アジフライ   | ササミチーズカツ  |
|          |      | 122kcal 塩分1.0g  | 267kcal 塩分2.3g  | 280kcal 塩分1.2g  | 283kcal 塩分1.1g  | 282kcal 塩分1.1g  |
| サブディッシュ  | 190円 | 鶏肉と大根の煮物  | 豚肉の柳川風  | にらおやき   | 揚げ出し茄子  | 豚肉とエリンギの胡椒炒め  |
|          |      | 100kcal 塩分1.1g  | 174kcal 塩分1.1g  | 195kcal 塩分1.5g  | 90kcal 塩分0.8g   | 123kcal 塩分0.7g  |

※ 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。

