



今週の職員食堂メニュー

11月4日(月)～11月8日(金)



		／4日(月)	／5日(火)	／6日(水)	／7日(木)	／8日(金)
おすすめメニューA	400円	<div style="font-size: 2em; font-weight: bold;">振替休日</div> 	ジャンボメンチカツ	海老たっぷり 八宝菜	鶏肉の味噌焼き	鶏の唐揚げ エスニック風
			369kcal 塩分1.8g	212kcal 塩分1.3g	230kcal 塩分1.4g	303kcal 塩分1.6g
			おすすめメニューB	400円	照り焼きチキン	鶏の唐揚げ南蛮風
ヘルシーメニュー	350円		生姜風味肉豆腐	牛肉と豆の トマトシチュー	根菜のポトフ	チキンソテーの サラダ仕立て
			<small>単品 288kcal 塩分1.2g 御飯(小) 592kcal 塩分3.2g 御飯(中) 716kcal 塩分3.2g</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>	<small>単品 252kcal 塩分2.2g 御飯(小) 531kcal 塩分4.0g 御飯(中) 655kcal 塩分4.0g</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>
小鉢	80円		海藻サラダ	スパゲティーサラダ	春雨サラダ	ごぼうサラダ
			28kcal 塩分0.5g	93kcal 塩分0.3g	78kcal 塩分0.5g	51kcal 塩分0.6g
			オクラのおかか和え	小松菜のお浸し	山菜おろし	ほうれん草ナムル
			23kcal 塩分0.4g	13kcal 塩分0.4g	18kcal 塩分0.6g	16kcal 塩分0.6g
			きんぴらごぼう	竹輪の磯辺揚げ	切り昆布煮	さつま揚げ煮
51kcal 塩分0.6g	111kcal 塩分0.8g	54kcal 塩分0.6g	62kcal 塩分0.6g			

◆ 当店は、国産米を使用しております。