



# 今週の職員食堂

## メニュー

1月6日(月)～1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A	400円	牛肉コロッケと ピーマン肉詰めフライ	カツ煮	チキンカツ ガーリックトマトソース	ジャンボメンチカツ	鶏の唐揚げ南蛮風
		288kcal 塩分1.7g	513kcal 塩分1.6g	361kcal 塩分1.6g	369kcal 塩分1.8g	492kcal 塩分1.7g
おすすめメニューB	400円	和風おろしハンバーグ	マグロカツ タルタルソース	鶏肉の味噌焼き	豚肉の生姜焼き	チキンハーフ ガーリックソテー
		299kcal 塩分2.4g	447kcal 塩分1.2g	230kcal 塩分1.4g	314kcal 塩分1.3g	285kcal 塩分1.5g
ヘルシーメニュー	350円	スープカレー	蒸し鶏と温野菜の 胡麻だれがけ	さわらの 柚子あんかけ	チキンの 和風シャリアピンソース	ゆで豚の香味ソース
		単品 276kcal 塩分1.5g 御飯(小) 580kcal 塩分3.5g 御飯(中) 704kcal 塩分3.5g	単品 300kcal 塩分1.2g 御飯(小) 567kcal 塩分3.0g 御飯(中) 691kcal 塩分3.0g	単品 291kcal 塩分1.1g 御飯(小) 574kcal 塩分3.4g 御飯(中) 698kcal 塩分3.4g	単品 297kcal 塩分1.6g 御飯(小) 582kcal 塩分3.5g 御飯(中) 692kcal 塩分3.5g	単品 264kcal 塩分0.9g 御飯(小) 531kcal 塩分2.7g 御飯(中) 655kcal 塩分2.7g
小鉢	80円	海藻サラダ	パンプキンサラダ	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	78kcal 塩分0.4g	93kcal 塩分0.3g	78kcal 塩分0.5g	51kcal 塩分0.6g
		隠元ピーナッツ和え	オクラおかか和え	小松菜おひたし	山菜おろし	ほうれん草ナムル
		36kcal 塩分0.4g	23kcal 塩分0.4g	13kcal 塩分0.4g	18kcal 塩分0.6g	16kcal 塩分0.6g
		白滝ピリ辛炒め	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
44kcal 塩分0.6g	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。