



# 今週の職員食堂メニュー

1月13日(月)～1月17日(金)



		／13日(月)	／14日(火)	／15日(水)	／16日(木)	／17日(金)
おすすめメニューA 400円	成人の日		海老フライ	ササミチーズカツ	辛口麻婆豆腐	鶏の唐揚げ 香味ソース
			283kcal 塩分1.2g	282kcal 塩分1.1g	212kcal 塩分1.3g	345kcal 塩分1.4g
			おすすめメニューB 400円	ビーフシチュー	春巻き野菜あんかけ	ネギ味噌カツ
ヘルシーメニュー 350円		タンダーチキン	豆腐ハンバーグ みぞれあん	チキンソテーの サラダ仕立て	厚揚げの酢豚風	
		単品 247kcal 塩分1.3g 御飯(小) 530kcal 塩分3.6g 御飯(中) 640kcal 塩分3.6g	単品 235kcal 塩分1.2g 御飯(小) 518kcal 塩分3.5g 御飯(中) 642kcal 塩分3.5g	単品 319kcal 塩分1.1g 御飯(小) 602kcal 塩分3.4g 御飯(中) 726kcal 塩分3.4g	単品 311kcal 塩分1.6g 御飯(小) 578kcal 塩分3.4g 御飯(中) 702kcal 塩分3.4g	
小鉢 80円		マカロニサラダ	フロッキーとチーズの サラダ	ポテトサラダ	カリフラワー ツナサラダ	
	94kcal 塩分0.3g	69kcal 塩分0.7g	78kcal 塩分0.4g	37kcal 塩分0.5g		
	ほうれん草のお浸し	しらすおろし	ビビンバ山菜	わかめと胡瓜の酢の物		
	13kcal 塩分0.4g	13kcal 塩分0.3g	41kcal 塩分0.8g	31kcal 塩分0.6g		
	がんも煮	竹輪煮	南瓜煮	大学芋		
87kcal 塩分0.7g	62kcal 塩分0.6g	72kcal 塩分0.7g	209kcal 塩分0.3g			

◆ 当店は、国産米を使用しております。

