



今週の職員食堂メニュー

1月20日(月)～1月24日(金)



		／20日(月)	／21日(火)	／22日(水)	／23日(木)	／24日(金)
おすすめメニューA	400円	鶏の唐揚げと牛肉コロッケ	目玉焼きハンバーグ	ヒレカツ	サーモンフライタルタルソース	牛肉のすき焼き風
		382kcal 塩分1.2g	379kcal 塩分0.9g	309kcal 塩分1.0g	447kcal 塩分1.2g	353kcal 塩分1.6g
おすすめメニューB	400円	中華風ローストチキン	おろしとんかつ	照り焼きチキン	ハッシュドポーク	ジューシーメンチカツ
		258kcal 塩分1.7g	225kcal 塩分1.4g	261kcal 塩分1.3g	385kcal 塩分2.2g	339kcal 塩分1.4g
ヘルシーメニュー	350円	根菜のポトフ	鶏じゃが	牛肉と豆のトマトシチュー	生姜風味肉豆腐	鶏肉のなめこおろし煮
		単品 252kcal 塩分2.2g 御飯(小) 531kcal 塩分4.0g 御飯(中) 655kcal 塩分4.0g	単品 274kcal 塩分1.2g 御飯(小) 541kcal 塩分3.0g 御飯(中) 665kcal 塩分3.0g	単品 333kcal 塩分1.7g 御飯(小) 614kcal 塩分3.6g 御飯(中) 738kcal 塩分3.6g	単品 288kcal 塩分1.2g 御飯(小) 592kcal 塩分3.2g 御飯(中) 716kcal 塩分3.2g	単品 332kcal 塩分1.2g 御飯(小) 599kcal 塩分3.0g 御飯(中) 723kcal 塩分3.0g
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	竹輪の磯辺揚げ	こんにゃくの炒り煮	ハムカツ	さつま揚げ煮
44kcal 塩分0.6g	111kcal 塩分0.8g	44kcal 塩分0.6g	90kcal 塩分0.5g	62kcal 塩分0.6g		

◆ 当店は、国産米を使用しております。