



# 今週の職員食堂メニュー

1月27日(月)～1月31日(金)



		／27日(月)	／28日(火)	／29日(水)	／30日(木)	／31日(金)
おすすめメニューA	400円	ジャンボメンチカツ	鶏の辛マヨ竜田揚げ	カニクリームコロッケ トマトソース	牛肉コロッケと アジフライ	鶏の唐揚げ エスニック風
		369kcal 塩分1.8g	356kcal 塩分1.2g	306kcal 塩分1.6g	239kcal 塩分1.3g	303kcal 塩分1.6g
おすすめメニューB	400円	豚肉の生姜焼き	和風おろしハンバーグ	肉団子入り ピリ辛スープ	カツ煮	麻婆茄子
		314kcal 塩分1.3g	299kcal 塩分2.4g	267kcal 塩分2.3g	513kcal 塩分1.6g	186kcal 塩分1.3g
ヘルシーメニュー	350円	スープカレー	さわらの 香味野菜のせ	蒸し鶏と温野菜の 胡麻だれがけ	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 236kcal 塩分1.3g 御飯(小) 540kcal 塩分3.3g 御飯(中) 664kcal 塩分3.3g	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 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	ポテトサラダ	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
		78kcal 塩分0.4g	94kcal 塩分0.3g	69kcal 塩分0.7g	78kcal 塩分0.4g	37kcal 塩分0.5g
		いんげん胡麻和え	ほうれん草のお浸し	しろすおろし	ビビンバ山菜	菜の花のお浸し
		36kcal 塩分0.4g	13kcal 塩分0.4g	13kcal 塩分0.3g	41kcal 塩分0.8g	13kcal 塩分0.4g
		がんも煮	きんぴらごぼう	竹輪煮	南瓜煮	大学芋
87kcal 塩分0.7g	51kcal 塩分0.6g	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。