



# 今週の職員食堂メニュー

## 3月17日(月)～3月21日(金)



		／17日(月)	／18日(火)	／19日(水)	／20日(木)	／21日(金)
おすすめメニューA	400円	サーモンフライ タルタルソース	鶏の辛マヨ竜田揚げ	ジューシーメンチカツ	<div style="text-align: center;"> <h3 style="color: green;">春分の日</h3> </div>	鶏の唐揚げ ポン酢がけ
		447kcal 塩分1.2g	356kcal 塩分1.2g	339kcal 塩分1.4g		314kcal 塩分1.9g
おすすめメニューB	400円	カツ煮	ビーフシチュー	鯖の塩焼き		辛口麻婆豆腐
		513kcal 塩分1.6g	412kcal 塩分2.6g	246kcal 塩分1.1g		212kcal 塩分1.3g
ヘルシーメニュー	350円	蒸し鶏と温野菜の 胡麻だれがけ	タラのピカタ ラトウイユ風	チキンの 和風シャリアピンソース		さわらの 香味野菜のせ
		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 265kcal 塩分1.6g 御飯(小) 569kcal 塩分3.6g 御飯(中) 693kcal 塩分3.6g	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 236kcal 塩分1.3g 御飯(小) 540kcal 塩分3.3g 御飯(中) 664kcal 塩分3.3g
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		ごほうサラダ
		28kcal 塩分0.5g	78kcal 塩分0.4g	93kcal 塩分0.3g		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		ほうれん草ナムル
		36kcal 塩分0.4g	23kcal 塩分0.4g	13kcal 塩分0.4g		16kcal 塩分0.6g
		ひじき煮	ミニメンチカツ	こんにゃくの炒り煮		竹輪の磯辺揚げ
46kcal 塩分0.6g	165kcal 塩分0.4g	44kcal 塩分0.6g		111kcal 塩分0.8g		

◆ 当店は、国産米を使用しております。