



今週の職員食堂メニュー

10月20日(月)～10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	ヒレカツ	牛肉コロッケと アジフライ	ジャンボ鰯フライ	チキンタツタの 和風ソース	海老フライ
		309kcal 塩分1.0 g	239kcal 塩分1.3g	346kcal 塩分1.2 g	394kcal 塩分1.5g	283kcal 塩分1.2 g
おすすめメニューB	400円	豚肉の生姜焼き	辛口麻婆豆腐	中華風 ローストチキン	目玉焼きハンバーグ	カツ煮
		314kcal 塩分1.3 g	212kcal 塩分1.3g	258kcal 塩分1.7 g	379kcal 塩分0.9g	513kcal 塩分1.6 g
ヘルシーメニュー	350円	チキンの 和風シャリアピンソース	さわらの 柚子あんかけ	鶏じゃが	厚揚げの酢豚風	タンンドリーチキン
		単品 297kcal 塩分1.6 g 御飯(小) 582kcal 塩分3.5 g 御飯(中) 692kcal 塩分3.5 g	単品 291kcal 塩分1.1 g 御飯(小) 574kcal 塩分3.4 g 御飯(中) 698kcal 塩分3.4 g	単品 274kcal 塩分1.2 g 御飯(小) 541kcal 塩分3.0 g 御飯(中) 665kcal 塩分3.0 g	単品 311kcal 塩分1.6 g 御飯(小) 578kcal 塩分3.4 g 御飯(中) 702kcal 塩分3.4 g	単品 247kcal 塩分1.3 g 御飯(小) 530kcal 塩分3.6 g 御飯(中) 640kcal 塩分3.6 g
小鉢	80円	ポテトサラダ	春雨サラダ	パンプキンサラダ	ごぼうサラダ	バンバンジーサラダ
		78kcal 塩分0.4 g	78kcal 塩分0.5 g	78kcal 塩分0.4 g	51kcal 塩分0.6g	52kcal 塩分0.5 g
		しらすおろし	オクラおかか和え	ほうれん草のお浸し	わかめと胡瓜の酢の物	ビビンバ山菜
		13kcal 塩分0.3 g	23kcal 塩分0.4g	13kcal 塩分0.4g	31kcal 塩分0.6 g	41kcal 塩分0.8 g
		野菜の旨煮	高野豆腐煮	竹輪の磯辺揚げ	さつま揚げ煮	ハムカツ
		36kcal 塩分0.5 g	75kcal 塩分0.6 g	111kcal 塩分0.8 g	62kcal 塩分0.6 g	90kcal 塩分0.5 g

◆ 当店は、国産米を使用しております。