



今週の職員食堂メニュー

1月19日(月)～1月23日(金)



		／19日(月)	／20日(火)	／21日(水)	／22日(木)	／23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1.2 g	379kcal 塩分0.9g	309kcal 塩分1.0 g	447kcal 塩分1.2g	353kcal 塩分1.6 g
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1.7 g	225kcal 塩分1.4 g	261kcal 塩分1.3g	385kcal 塩分2.2 g	339kcal 塩分1.4 g
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2.2 g 御飯(小) 531kcal 塩分4.0 g 御飯(中) 655kcal 塩分4.0 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 333kcal 塩分1.7 g 御飯(小) 614kcal 塩分3.6 g 御飯(中) 738kcal 塩分3.6 g	単品 288kcal 塩分1.2 g 御飯(小) 592kcal 塩分3.2 g 御飯(中) 716kcal 塩分3.2 g	単品 332kcal 塩分1.2 g 御飯(小) 599kcal 塩分3.0 g 御飯(中) 723kcal 塩分3.0 g
小鉢	80円	海藻サラダ	パンフキンサラダ	スパゲティーサラダ	春雨サラダ	ジャーマンポテト
		28kcal 塩分0.5g	78kcal 塩分0.4 g	93kcal 塩分0.3g	78kcal 塩分0.5 g	64kcal 塩分0.7g
		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0.4 g	23kcal 塩分0.4g	13kcal 塩分0.4g	18kcal 塩分0.6 g	16kcal 塩分0.6 g
		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0.6 g	111kcal 塩分0.8 g	44kcal 塩分0.6g	90kcal 塩分0.5 g	62kcal 塩分0.6 g

都合により、メニューに変更が生じる可能性があります。
ご理解いただきますようお願い申し上げます。

◆ 当店は、国産米を使用しております。