



# 今週の職員食堂メニュー

6月30日(月)～7月4日(金)



		／30日(月)	／1日(火)	／2日(水)	／3日(木)	／4日(金)
おすすめメニューA	400円	おろしとんかつ	牛肉コロッケとアジフライ	チキンカツ ガーリックトマトソース	鶏の唐揚げ エスニック風	ヒレカツ
		225kcal 塩分1.4g	239kcal 塩分1.3g	361kcal 塩分1.6g	303kcal 塩分1.6g	309kcal 塩分1.0g
おすすめメニューB	400円	鯖の塩焼き	鶏肉ときのこのみぞれ煮	ハンバーグチーズ焼き キノコデミソース	牛さっぱり焼肉	ハッシュドポーク
		196kcal 塩分0.6g	225kcal 塩分1.4g	427kcal 塩分3.9g	411kcal 塩分1.8g	385kcal 塩分2.2g
ヘルシーメニュー	350円	スープカレー	厚揚げの酢豚風	生姜風味肉豆腐	さわらの 柚子あんかけ	鶏肉の なめこおろし煮
		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 311kcal 塩分1.6g 御飯(小) 578kcal 塩分3.4g 御飯(中) 702kcal 塩分3.4g	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 291kcal 塩分1.1g 御飯(小) 574kcal 塩分3.4g 御飯(中) 698kcal 塩分3.4g	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	パンプキンサラダ	バンバンジーサラダ	春雨サラダ	カリフラワーツナサラダ	ごぼうサラダ
		78kcal 塩分0.4g	52kcal 塩分0.5g	78kcal 塩分0.5g	37kcal 塩分0.5g	51kcal 塩分0.6g
		いんげんの胡麻和え	ほうれん草のお浸し	玉子豆腐	ビビンバ山菜	しらすおろし
		36kcal 塩分0.4g	13kcal 塩分0.4g	41kcal 塩分0.8g	41kcal 塩分0.8g	13kcal 塩分0.3g
		がんも煮	野菜の旨煮	きんぴらごぼう	竹輪の磯辺揚げ	大学芋
87kcal 塩分0.7g	36kcal 塩分0.5g	51kcal 塩分0.6g	111kcal 塩分0.8g	209kcal 塩分0.3g		

◆ 当店は、国産米を使用しております。