



今週の職員食堂メニュー

11月3日(月)～11月7日(金)



		／3日(月)	／4日(火)	／5日(水)	／6日(木)	／7日(金)
おすすめメニューA	400円	文化の日 	おろしとんかつ	鶏の辛マヨ竜田揚げ	サーモンフライ タルタルソース	ジューシーメンチカツ
			225kcal 塩分1.4 g	356kcal 塩分1.2 g	447kcal 塩分1.2g	339kcal 塩分1.4 g
おすすめメニューB	400円		鶏肉の味噌焼き	麻婆茄子	イタリアンハンバーグ	照り焼きチキン
			230kcal 塩分1.4 g	186kcal 塩分1.3 g	305kcal 塩分2.2 g	261kcal 塩分1.3 g
ヘルシーメニュー	350円		牛肉と豆の トマトシチュー	タラのピカタ ラタトゥイユ風	鶏肉の なめこおろし煮	根菜のポトフ
			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 265kcal 塩分1.6 g 御飯(小) 569kcal 塩分3.6 g 御飯(中) 693kcal 塩分3.6 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	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
小鉢	80円		春雨サラダ	パンプキンサラダ	ポテトサラダ	バンバンジーサラダ
			78kcal 塩分0.5 g	78kcal 塩分0.4 g	78kcal 塩分0.4 g	52kcal 塩分0.5 g
			オクラおかか和え	ほうれん草のお浸し	しらすおろし	ビビンバ山菜
			23kcal 塩分0.4g	13kcal 塩分0.4g	13kcal 塩分0.3 g	41kcal 塩分0.8 g
		白滝ピリ辛炒め	竹輪の磯辺揚げ	野菜の旨煮	きんぴらごぼう	
		44kcal 塩分0.6 g	111kcal 塩分0.8 g	36kcal 塩分0.5 g	51kcal 塩分0.6g	

◆ 当店は、国産米を使用しております。