

# 今週の職員食堂メニュー

3月16日(月)～3月20日(金)

		／16日(月)	／17日(火)	／18日(水)	／19日(木)	／20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	牛肉コロッケとハムカツ	牛肉のすき焼き風	春 分 の 日
		447kcal 塩分1.2g	356kcal 塩分1.2g	357kcal 塩分1.1g	353kcal 塩分1.6g	
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	ササミチーズカツ	
		513kcal 塩分1.6g	412kcal 塩分2.6g	196kcal 塩分0.6g	282kcal 塩分1.1g	
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 ラタトゥイユ風	チキンの 和風シャリアピンソース	豆腐ハンバーグ みぞれあん	
		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 235kcal 塩分1.2g 御飯(小) 518kcal 塩分3.5g 御飯(中) 642kcal 塩分3.5g	
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	春雨サラダ	
		28kcal 塩分0.5g	78kcal 塩分0.4g	93kcal 塩分0.3g	78kcal 塩分0.5g	
		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	
		36kcal 塩分0.4g	23kcal 塩分0.4g	13kcal 塩分0.4g	18kcal 塩分0.6g	
		ひじき煮	ミニメンチカツ	こんにゃくの炒り煮	切り干し大根煮	
46kcal 塩分0.6g	165kcal 塩分0.4g	44kcal 塩分0.6g	62kcal 塩分0.6g			

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。