今週の職員食堂メニュー

11月		23日(月)	24日(火)	25日(水)	26日(木)	27日(金)
日替わりA	500円	お休み	白身フライ オーロラソース	豚肉と野菜の卵とじ	鶏の七味焼き	豚肉と根菜の ごった煮
			289kcal 塩分 1.4 g	321kcal 塩分 1.3 g	264kcal 塩分 1.2 g	303kcal 塩分 1.4 g
日替わりB	530円		タッカルビ	鶏のチリソース煮	牛肉の スパイシー炒め	グリルチキンの トマト黒酢ソース
			349kcal 塩分 1.0 g	290kcal 塩分 1.6 g	302kcal 塩分 1.0 g	285kcal 塩分 1.2 g
日替わりC	530円		豚ニラ炒め	チンジャオロース	ポークチャップ	鯖の竜田揚げ 葱ソース
			296kcal 塩分 1.3 g	322kcal 塩分 2.4 g	281kcal 塩分 1.5 g	314kcal 塩分 2.4 g
小鉢	100円		里芋ジャーマン ポテト	キャベツ塩昆布和え	もやしナムル	エリンギオイスター ソース炒め
			107kcal 塩分 0.3 g	35kcal 塩分 0.7 g	21kcal 塩分 0.3 g	25kcal 塩分 0.8 g
			スパゲティサラダ	出し巻き おろし添え	豆と根菜の 胡麻だれサラダ	筑前煮
			70kcal 塩分 0.4g	39kcal 塩分 0.3g	69kcal 塩分 0.4 g	27kcal 塩分 0.8 g
			湯葉と昆布の 彩り和え	3種きのことブロッコリーのバジルサラダ	切干大根煮	ほうれん草の 胡麻和え
			34kcal 塩分 0.6 g	68kcal 塩分 0.6 g	22kcal 塩分 0.4 g	32kcal 塩分 0.4 g
			ティラミス	レアチーズ	マロンケーキ	キャラメルケーキ
			56kcal 塩分 0 g	70kcal 塩分 0 g	63kcal 塩分 0 g	76kcal 塩分 0 g

都合によりメニューに変更が生じる場合がございます。
ご理解いただきますようお願い申し上げます。

ご飯150g 252kcal 塩分 0 g
味噌汁 26kcal 塩分 1.6 g