今週の職員食堂メニュー

11月/12月		30日(月)	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)
日替わり A	500円	豚の生姜焼き	鶏のカレーマヨ焼き	豚とキャベツのごまみそ炒め	牛肉コロッケと豚カツ	八宝菜
		293kcal 塩分0.9g	331kcal 塩分0.7g	305kcal 塩分2.6g	320kcal 塩分1.1g	277kcal 塩分1.2g
日替わり B	530円	牛肉の甘味噌炒め	麻婆茄子	アジフライタルタル	鶏のハニーレモン焼き	牛肉のプルコギ風
		335kcal 塩分0.8g	126kcal 塩分0.7g	394kcal 塩分2.6g	402kcal 塩分.3g	315kcal 塩分0.8g
日替わり C	530円	鶏の香草パン粉焼き	牛肉の柳川風	鶏のバジル焼き	豚肉の梅味噌炒め	鶏の竜田揚げ
		316kcal 塩分1.9g	288kcal 塩分1.0g	394kcal 塩分2.6g	293kcal 塩分1.1g	322kcal 塩分0.9g
小 鉢	100円	マカロニサラダ	きんぴらごぼう	ほうれん草と卵の花ゆず風味	きんぴられんこん	チンゲン菜と油揚げの煮びたし
		64kcal 塩分0.4g	17kcal 塩分0.7g	68kcal 塩分0.4g	16kcal 塩分0.7g	17kcal 塩分0.6g
		ずいきの炊いたん	ひじき煮	ミニがんも煮とインゲンの煮つけ	高野豆腐と野菜のお煮しめ	根菜と豆の8品目黒ごまサラダ
		20kcal 塩分0.4g	27kcal 塩分0.5g	27kcal塩分0.3ｇ	26kcal塩分0.3ｇ	81kcal塩分0.7ｇ
		小松菜の焼きシイタケ和え	ふきとゆばの含め煮	パンプキンサラダ	オクラ和え	ごぼうサラダ
		43kcal 塩分0.4g	20kcal 塩分0.6g	62kcal塩分0.2g	31kcal塩分0.4g	69kcal塩分0.4g
		ベイクドチーズケーキ	カボチャタルト	ミルクレープ	抹茶ケーキ	ブラウニーケーキ
		60kcal 塩分0g	68kcal 塩分0g	46kcal 塩分0g	52kcal 塩分0g	61kcal 塩分0g

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