

本館 3階 食堂

MENU

<熱量・糖質の表示について>

熱量=[メイン]+[味噌汁45kcal]+[ご飯普通盛336kcal]の総合計

※()内の数字はメイン料理のみのkcalと糖質を表示しています

11:30~14:30

ヘルシーメニュー!

| | 9/15(日) | 9/16(月) | 9/17(火) | 9/18(水) | 9/19(木) | 9/20(金) | 9/21(土) | | |
|------------------|-----------|-----------|------------------------|-----------------------|---------------------------------|--------------|--------------|--|--|
| 【定食A】 700円 | 食堂 お休み | 食堂 お休み | とり天 | 焼き鯖の バターレモン ソース | ネギトロ丼 (味噌汁+小鉢) | ヤンニョムチキン | とんかつ | | |
| 熱量 | | | 647(266)kcal | 598(217)kcal | 605(140)kcal | 643(262)kcal | 804(423)kcal | | |
| 食塩相当量 | | | 0.5g | 0.4g | 1.2g | 1.2g | 0.8g | | |
| 糖質 | | | 86.6(12.4)g | 77.3(3.1)g | 92.1(0.1)g | 95.1(20.8)g | 89.2(15.0)g | | |
| 【定食B】 700円 | | | 麻婆ナス | 豚カルビ丼 (味噌汁+小鉢) | 野菜たっぷり ちゃんぽん麺 (ご飯か味噌汁+小鉢) | 焼肉 | | | |
| 熱量 | | | 558(177)kcal | 671(206)kcal | 1057(721)kcal | 805(424)kcal | | | |
| 食塩相当量 | | | 3.3g | 3.0g | 6.6g | 2.4g | | | |
| 糖質 | | | 81.0(6.8)g | 193.0(101.0)g | 155.8(81.6)g | 80.5(6.3)g | | | |
| 【カレーセット】 600円 | | | カレーライス+小鉢 or チーズカレーライス | | | | | | |

毎日メニュー

- ◎きつね+わかめうどん(446kcal 塩分5.6g) 500円
- ◎うどん大盛り.....+100円
- ◎カレー(単品)(770kcal 塩分3.3g)..... 500円
- ◎カレー大盛り.....+100円
- ◎ご飯(単品)(336kcal)..... 130円
- ◎大盛り(ご飯)(504kcal)..... + 50円
- ◎小鉢..... 150円

(小鉢のみのご利用もできます。)

※ 定食についている小鉢は約49~140kcalです

お飲物

- ◎コーヒー..... 180円
- (お食事をご注文の方は100円です)

