

本館 3階 食堂

MENU

11:30~14:30

<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

	10/9(日)	10/10(月)	10/11(火)	10/12(水)	10/13(木)	10/14(金)	10/15(土)
【定食A】 700円	食 堂 お休み	食 堂 お休み	鯖の味噌煮	牛のすき煮	クリームシチュー (ご飯+小鉢)	あんかけ スパゲティ (味噌汁+小鉢)	酢鶏
熱 量			621(240)kcal	714(333)kcal	626(290)kcal	781(736)kcal	723(342)kcal
食塩相当量			2.5g	4.0g	2.0g	6.6g	5.0g
糖質			84.1(9.9)g	99.5(25.3)g	85.8(11.6)g	85.5g(あんかけスパのみ)	105.2(31)g
【定食B】 700円			照り焼きチキン	チキン南蛮	豚の生姜焼き	とんかつ	
熱 量			759(378)kcal	891(510)kcal	755(374)kcal	804(423)kcal	
食塩相当量			2.6g	0.9g	2.3g	0.8g	
糖質			86.5(12.3)g	85.4(11.2)g	82.0(7.8)g	89.2(15.0)g	
【カレーセット】 550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

- ◎きつねうどん(446kcal 塩分5.6g)..... 400円
- ◎わかめうどん(334kcal 塩分5.9g)..... 400円
- ◎うどん大盛り..... +100円
- ◎カレー(単品)(770kcal 塩分3.3g)..... 450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..... 100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)



Asovivaキッチン