

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

| | 10/2(日) | 10/3(月) | 10/4(火) | 10/5(水) | 10/6(木) | 10/7(金) | 10/8(土) | |
|------------------|-----------|-------------------------|--------------|---------------|-------------------|----------------|--------------|--|
| 【定食A】 700円 | 食堂 お休み | カニクリーム & ちくわの磯部揚げ | とり天 | 鶏のからあげ | ネギトロ丼 (味噌汁+小鉢) | 担々麺 (ご飯+小鉢) | 油淋鶏 | |
| 熱量 | | 764(383)kcal | 647(266)kcal | 832(451)kcal | 605(560)kcal | 1132(796)kcal | 832(451)kcal | |
| 食塩相当量 | | 2.5g | 0.5g | 1.5g | 1.2g | 6.0g | 4.2g | |
| 糖質 | | 99.3(24.2)g | 86.6(12.4)g | 93.2(19.0)g | 92.1(0.1)g | 148.5(74.3)g | 91.4(17.2)g | |
| 【定食B】 700円 | | 豚カルビ丼 (味噌汁+小鉢) | 肉モヤシ炒め | 大根と鶏肉の 甘辛煮 | トンテキ | 豚肉とナスの 味噌炒め | | |
| 熱量 | | 671(206)kcal | 795(414)kcal | 709(328)kcal | 830(449)kcal | 723(342)kcal | | |
| 食塩相当量 | | 3.0g | 2.4g | 3.3g | 4.3g | 1.3g | | |
| 糖質 | | 193.0(101.0)g | 76.6(2.4)g | 79.9(5.7)g | 93.4(19.2)g | 84.2(10.0)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