

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

	12/14(日)	12/15(月)	12/16(火)	12/17(水)	12/18(木)	12/19(金)	12/20(土)
【定食A】 700円	食 堂 お休み	チキン南蛮	焼肉	ビビンバ丼 (味噌汁+小鉢)	鶏のからあげ	チキンのトマト 煮込み (ご飯+小鉢)	油淋鶏
熱 量		891(510)kcal	805(424)kcal	861(396)kcal	832(451)kcal	649(313)kcal	832(451)kcal
食塩相当量		0.9g	2.4g	4.2g	1.5g	2.8g	4.2g
糖質		85.4(11.2) g	80.5(6.3)g	137.0(45.0)g	93.2(19)g	81.9(7.8)g	91.4(17.2)g
【定食B】 700円					担々麺 (ご飯+小鉢)	ネギ塩だれの 豚焼肉	
熱 量					1132(796)kcal	681(300)kcal	
食塩相当量					6g	1.8g	
糖質					148.5(74.3)g	77.4(3.2)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

※ 定食についている小鉢は約49~140kcalです

- ◎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。)

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