

MENU

11:30~14:30

ヘルシーメニュー！

<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

	6/21(日)	6/22(月)	6/23(火)	6/24(水)	6/25(木)	6/26(金)	6/27(土)	
【定食A】 700円	食堂 お休み	アジフライ	おろし唐揚げ	鶏塩ラーメン (ご飯+小鉢)	鶏の唐揚げ 甘辛胡椒だれ	サーモンの カレームニエル	とんかつ	
熱量		771(390)kcal	843(462)kcal	796(460)kcal	836(455)kcal	570(189)kcal	804(423)kcal	
食塩相当量		4.1g	1.5g	4.7g	2.8g	0.5g	0.8g	
糖質		87.2(13)g	93.5(19.3)g	135.8(61.6)g	95.4(21.2)g	83.0(8.8)g	89.2(15)g	
【定食B】 700円		ネギ塩だれの 豚焼肉	汁なし冷やし 担々麺 (ご飯か味噌汁 +小鉢)	肉野菜炒め	ビビンバ丼 (味噌汁+小鉢)	鶏の甘辛みぞれ 煮		
熱量		681(300)kcal	908(572)kcal	857(476)kcal	861(396)kcal	649(268)kcal		
食塩相当量		1.8g	5.1g	2.9g	4.2g	2.6g		
糖質		77.4(3.2)g	154.6(80.4)g	93.5(19.3)g	137.0(45.0)g	97.0(22.8)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)

