Weekly Menu

	10月3日(月)					10月4日(火)					10月5日(水)					10月6日(木)					10月7日(金)				
おふくろ定食 ￥400	さけ塩焼き					肉豆腐					さば味噌煮					鶏肉の塩だれ焼き					タラの磯辺揚げ				
	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分
（小鉢・ごはん・汁物付き）	511	27	6	83	3.7	613	21	17	89	3.6	575	16	13	93	3.5	690	26	26	81	3.6	524	24	9	83	3.6
ボリュームセット ￥450	チーズメンチカツ					鶏肉のスパイシーカレー揚げ					ハンバーグトマトソース					トンカツ					チキンチーズ焼き				
	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分
（ごはん・汁物付き）	670	19	21	97	2.6	778	31	32	85	2.3	827	21	32	113	3.6	782	23	27	110	3.6	773	31	29	91	3.7
丼セット ￥400	1/3日分の野菜が摂れるビビンバ丼					ハヤシライス					ソースチキンカツ丼					エビ天マヨ丼					たっぷり野菜の菜園カレー				
	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分
（汁物付き）	653	20	10	116	2.6	797	15	23	127	3.7	748	20	17	130	3.9	822	18	25	124	3.6	710	14	15	125	3.0
ヘルシーセット ￥400	チキンのクリーム煮					サゴシ照焼き柚子風味					豚肉と根菜の甘辛炒め					アジのおろし煮					ムキエビと玉子のチリソース炒め				
	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分
（小鉢・ごはん・汁物付き）	487	14	14	76	5.5	394	21	9	54	3.6	539	18	17	77	4.6	529	19	18	69	4.9	448	17	13	63	3.5

※丼セットにつきましてはテイクアウト《丼単品￥400》も販売しております。

※土曜、祝日は縮小営業させて頂きます。

※材料の都合によりメニューが変更になることがあります。ご了承下さい。

おいしいをもっと。すこやかをずっと。
Design food for your life
uniserv 株式会社 魚国総本社