

Weekly Menu

	10月31日(月)	11月1日(火)	11月2日(水)	11月3日(木)	11月4日(金)	11月5日(土)																				
おふくろ定食 ¥400 (小鉢・ごはん・汁物付き)	お休み	さげ塩焼き		さば味噌煮		鶏肉の塩だれ焼き		たらの磯辺揚げ		サンマの竜田揚げ																
		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										
		511	27	6	83	3.7	575	16	13	93	3.5	690	26	26	81	3.6	524	24	9	83	3.6	712	18	29	89	2.7
		トンカツ		ハンバーグトマトソース		チーズメンチカツ		チキンカツ		目玉焼きハンバーグ																
		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					
777	23	27	106	3.6	923	23	37	124	4.3	762	24	25	106	3.0	717	26	18	110	3.9	798	29	29	104	4.3		
ボリュームセット ¥450 (ごはん・汁物付き)	お休み	1/3日分の野菜が摂れるピビンバ丼		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					
653		20	10	116	2.6	748	20	17	130	3.9	822	18	25	124	3.6	710	14	15	125	3.0						
チキンのクリーム煮		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						
487	14	14	76	5.5	539	18	17	77	4.6	529	19	18	69	4.9	448	17	13	63	3.5							
丼セット ¥400 (汁物付き)	お休み	1/3日分の野菜が摂れるピビンバ丼		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					
653		20	10	116	2.6	748	20	17	130	3.9	822	18	25	124	3.6	710	14	15	125	3.0						
チキンのクリーム煮		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						
487	14	14	76	5.5	539	18	17	77	4.6	529	19	18	69	4.9	448	17	13	63	3.5							
ヘルシーセット ¥400 (小鉢・ごはん・汁物付き)	お休み	1/3日分の野菜が摂れるピビンバ丼		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					
653		20	10	116	2.6	748	20	17	130	3.9	822	18	25	124	3.6	710	14	15	125	3.0						
チキンのクリーム煮		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						
487	14	14	76	5.5	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いただきます。

※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

