

# Weekly Menu

	12月12日(月)					12月13日(火)					12月14日(水)					12月15日(木)					12月16日(金)				
<b>おふくろ定食</b> <b>¥400</b> (小鉢・ごはん・汁物付き)	肉じゃが					さば塩焼き					鶏肉の照焼き					カレーの揚げ煮					肉野菜炒め				
	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
	663	16	19	103	3.6	486	17	7	86	3.4	672	25	23	83	3.3	614	28	11	94	3.6	674	21	27	81	3.7
<b>ボリュームセット</b> <b>¥450</b> (ごはん・汁物付き)	目玉焼きハンバーグ					鶏肉の磯風味揚げ					シーフードフライ					ミートソースハンバーグ					メンチカツ				
	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
	827	30	30	107	4.3	892	37	38	93	2.9	907	25	36	117	3.3	738	22	24	106	4.0	700	12	17	121	3.8
<b>丼セット</b> <b>¥400</b> (汁物付き)	味噌カツ丼					牛丼					チーズカレー					中華飯					親子丼				
	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
	854	22	22	133	3.4	938	22	36	122	4.0	877	20	30	126	4.7	668	18	12	117	2.1	745	27	14	118	3.2
<b>ヘルシーセット</b> <b>¥400</b> (小鉢・ごはん・汁物付き)	タラの香草焼き					イカとチンゲン菜の玉子炒め					豚肉のkok旨ごま味噌炒め					蒸し鶏のゴマだれ					サケのグリルきのこソース				
	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
	443	18	7	62	3.4	430	18	12	61	4.5	514	15	17	72	4.5	404	13	7	59	3.8	450	21	7	62	3.2

※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

