

Weekly Menu

	11月6日(月)					11月7日(火)					11月8日(水)					11月9日(木)					11月10日(金)				
おふくろ定食 ¥400 (小鉢・ごはん・汁物付き)	肉じゃが					さば塩焼き					鶏肉の照焼き					赤魚煮つけ					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	589	25	16	80	3.4	570	23	12	87	3.6	674	21	27	81	3.7
ボリュームセット ¥450 (ごはん・汁物付き)	ハンバーグデミソース					チキンカツ					ハムカツ&明太クリーミーフライ					鶏肉の唐揚げ					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
	942	23	38	125	4.9	713	25	16	114	3.9	852	21	33	114	3.2	868	38	37	86	2.9	750	15	20	124	3.9
丼セット ¥400 (汁物付き)	味噌カツ丼					牛丼					1/3日分の野菜が摂れるビビンバ丼					カレーライス					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
	871	23	23	135	4.3	938	22	36	122	4.0	649	19	10	116	2.1	877	16	30	131	4.1	745	27	14	118	3.2
ヘルシーセット ¥400	塩分控えめ だしを効かせた本格カレーうどん					カロリー控えめ 豚肉のオイスターソース炒め					野菜たっぷり 具たくさん野菜のあんかけ揚げそば					カロリー控えめ サケのグリルきのこソース					野菜たっぷり 根菜たっぷりうどん				
	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
	866	21	35	115	4.4	442	16	9	73	4.5	416	19	27	91	5.7	453	22	13	61	3.3	713	17	18	119	4.9

※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



株式会社 魚国総本社

