

Weekly Menu

	11月20日(月)					11月21日(火)					11月22日(水)					11月23日(木)					11月24日(金)				
おふくろ定食 ¥400 (小鉢・ごはん・汁物付き)	さば味噌煮					肉豆腐					揚げサゴシの甘辛ダレ					<h2>お休み</h2>					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
	569	17	14	87	3.7	613	21	17	89	3.6	623	25	16	88	3.7						535	24	8	87	3.6
ボリュームセット ¥450 (ごはん・汁物付き)	メンチカツ					鶏肉の唐揚げ					ハンバーグトマトソース										油淋鶏(鶏の唐揚葉味ソース)				
	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
	701	12	17	122	3.8	917	38	38	97	3.0	955	25	39	123	4.3						884	28	36	110	4.8
丼セット ¥400 (汁物付き)	温玉豚丼					スパイシーカレーピラフ					かつ丼					カレーライス									
	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					
	940	30	38	108	3.7	610	22	12	98	1.9	871	27	26	124	3.6	877	16	30	131	4.1					
ヘルシーセット ¥400	カロリー控えめ 鶏肉のピリ辛豆板醤焼き					野菜たっぷり 1/3日分の野菜が摂れるちゃんぽんめん					カロリー控えめ チキンのクリーム煮					カロリー控えめ 豚肉のオイスターソース炒め									
	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					
	532	17	25	55	3.7	770	22	22	116	4.0	456	17	16	74	5.0	461	17	11	59	3.3					

※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

