

WEEKLY MENU

倉陵会館1F食堂
営業時間 11:30~14:30

		4月6日(月)					4月7日(火)					4月8日(水)					4月9日(木)					4月10日(金)					4月11日(土)									
MAIN	メインディッシュ	照りマヨハンバーグ ¥250					ヒレカツ ¥250					鶏肉の唐揚げ ¥250					ポークソテー和風おろしソース ¥250					とろたまメンチカツ ¥250					アジフライ&エビカツフライ ¥250									
		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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分					
		291	11.9	19.3	17.0	3.1	279	15.8	12.2	25.5	1.5	429	24.2	30.4	10.2	1.2	361	19.3	24.6	12.9	0.9	341	11.7	23.1	20.1	0.8	336	12.5	22.2	21.0	1.0					
SMALL DISH	スモールディッシュ	おまかせ小鉢																																		
																											かき揚げ ¥150									
																											エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	209	5.0	16.7	8.7	0.3
																											ごぼうサラダ ¥150									
																											エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	126	2.1	9.3	9.2	0.0
																											若竹煮 ¥80									
																											エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	29	1.9	0.1	5.6	0.9
ほうれん草ごま和え ¥80																																				
エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分	23	2.2	0.4	3.5	0.8																											
BOWL	丼	チンジャオロース丼 ¥320					ピリ辛韓国風ダッカルビ丼 ¥320					豚キムチ丼 ¥320					鶏唐照りマヨ丼 ¥320					回鍋肉飯 ¥320					塩ダレ豚丼 ¥320									
		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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分					
		776	19.9	30.4	98.2	1.6	668	19.4	12.8	111.5	1.5	775	20.5	30.0	98.4	2.5	779	17.0	29.3	106.7	2.5	835	19.2	30.9	111.2	2.7	762	18.6	28.6	100.6	0.9					
CURRY	カレー	K-カレー ¥250					K-カレー ¥250					K-カレー ¥250					K-カレー ¥250					K-カレー ¥250														
		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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分					
		573	10.0	8.5	108.7	2.7	573	10.0	8.5	108.7	2.7	573	10.0	8.5	108.7	2.7	573	10.0	8.5	108.7	2.7	573	10.0	8.5	108.7	2.7	573	10.0	8.5	108.7	2.7					
PASTA RICE OMELET	パスタ&オムライス	雑穀ごはんdeミートソースオムライス ¥350																																		
		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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分					
UDON SOBA	和麺	K-うどん ¥220					K-うどん ¥220					K-うどん ¥220					K-うどん ¥220					K-うどん ¥220														
		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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分					
		345	9.1	1.3	74.4	5.9	345	9.1	1.3	74.4	5.9	345	9.1	1.3	74.4	5.9	345	9.1	1.3	74.4	5.9	345	9.1	1.3	74.4	5.9	345	9.1	1.3	74.4	5.9					
		かけそば ¥220					かけそば ¥220					かけそば ¥220					かけそば ¥220					かけそば ¥220														
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	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		
		346	13.7	2.1	68.0	5.8	346	13.7	2.1	68.0	5.8	346	13.7	2.1	68.0	5.8	346	13.7	2.1	68.0	5.8	346	13.7	2.1	68.0	5.8	346.29	13.736	2.079	68.005	5.8					
RAMEN	中華麺	白湯ラーメン ¥270																																		
		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	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分					

ライス小	¥80	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分
		160	2.7	0.4	34.7	
ライス中	¥100	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分
		249	4.3	0.6	54.0	
ごはんセット	¥150	ごはん中+味噌汁+ミニ小鉢				

味噌汁	¥50	エネルギー	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分
		24	1.8	0.6	3.0	1.6

※土曜日は縮小営業させていただきます。
※材料の都合により、メニューが変更する場合がございます。ご了承ください。

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

