

WEEKLY MENU

10/25-30

<p>25 (月)</p> <p>世界の日</p>	<p>日替りランチ</p> <p>ハッシュドポーク オムレットマトソースかけ 春雨サラダ/他2品 カロリー 331 kcal タンパク質 16.4 g 塩分 3.2 g</p>	<p>プラス</p> <p>鶏肉の揚げ煮 カロリー 259 kcal タンパク質 12.0 g 塩分 0.8 g</p>
<p>26 (火)</p> <p>柿の日</p>	<p>日替りランチ</p> <p>鶏肉の竜田揚げ たっぷりチリ玉ソース 肉団子と大根の煮物/他2品 カロリー 571 kcal タンパク質 27.2 g 塩分 2.6 g</p>	<p>プラス</p> <p>シーフード グラタン カロリー 109 kcal タンパク質 3.5 g 塩分 0.4 g</p>
<p>27 (水)</p>	<p>日替りランチ</p> <p>春巻きと揚げ餃子 混ぜたら回鍋肉 にしんのみりん焼き/他2品 カロリー 478 kcal タンパク質 19.3 g 塩分 3.3 g</p>	<p>プラス</p> <p>手作りチヂミ カロリー 109 kcal タンパク質 5.0 g 塩分 0.4 g</p>
<p>28 (木)</p>	<p>日替りランチ</p> <p>夢ポーク入りメンチカツ 高菜と明太子スパゲティー 筑前煮/他2品 カロリー 525 kcal タンパク質 16.8 g 塩分 3.8 g</p>	<p>プラス</p> <p>茹で豚のピリ辛 山椒風味 カロリー 207 kcal タンパク質 6.5 g 塩分 0.4 g</p>
<p>29 (金)</p> <p>おしぼりの日</p>	<p>日替りランチ</p> <p>麻婆茄子 かぼちゃコロッケ 生姜天の煮物/他2品 カロリー 400 kcal タンパク質 14.6 g 塩分 2.6 g</p>	<p>プラス</p> <p>シーザーサラダ カロリー 100 kcal タンパク質 2.0 g 塩分 0.6 g</p>
<p>30 (土)</p>	<p>日替りランチ</p> <p>豆腐ハンバーグ和風きのこソース 他、お楽しみおかず3品</p> <p>★土曜日のご注文は金曜日の15時までにお願いたします。</p>	

上記のカロリー表示には「ごはん」分は含まれておりません。「ごはん(並)」カロリー386kcal タンパク質 5.8g (表記の数値は目安です)

「山形県産ひとめぼれ」
新米入荷!!
11月入荷分より
順次切り替わります。

