

菜



魚



肉



【野菜定食】



温野菜と濃厚豆腐

先付・ご飯・味噌汁・漬物・小鉢2品・ドリンク付

¥1,000(税込)

(熱量607kcal/タンパク質14.4g/脂質8.6g/塩分4g)

※野菜の種類によって数値に多少の変更があります。

【魚菜定食】



ぶりの味噌マヨネーズ焼き にんにく風味

卵

先付・ご飯・味噌汁・漬物・小鉢2品・ドリンク付

¥1,080(税込)

(熱量740kcal/タンパク質26.8g/脂質22.7g/塩分3.7g)

【肉菜定食】



鶏むね肉のみぞれあん

先付・ご飯・味噌汁・漬物・小鉢2品・ドリンク付

¥1,080(税込)

(熱量703kcal/タンパク質24.8g/脂質14.7g/塩分3.8g)

定食のドリンクはこちらから

HOT

コーヒー

紅茶(ストレート・レモン・ミルク)

日本茶

ICE

オレンジジュース

アップルジュース

※コーヒー・紅茶に限り1杯¥210でおかわりができます。

●ご飯の大盛り(200g)：無料

●ご飯おかわり：50円

●ご飯単品：100円

●雑穀米に変更：50円

●汁のおかわり：50円



このマークの定食は、低カロリーメニューであると同時に、当社が参加しているTFT運動として1食につき20円がアフリカの学校給食の費用として寄付されます。

