

7月定食メニュー

【今月の定食小鉢】※月の半ばから小鉢が変更となります
 前半 冷奴の山形だし風味添え / かぼちゃのレモン煮
 後半 ズッキーニの焼きびたし / わかめのテリーヌ

菜



【野菜定食】

温野菜と小鉢3品

先付・ご飯・味噌汁・漬物・小鉢3品・ドリンク付

¥1,000(税込)

前半(熱量585kcal/タンパク質16g/脂質10.6g/塩分3.8g)

後半(熱量556kcal/タンパク質17g/脂質11.6g/塩分5g)

※野菜の種類によって数値に多少の変更があります。

魚



【魚菜定食】

さばの香草パン粉焼きトマトソース

乳 小麦 卵

先付・ご飯・味噌汁・漬物・小鉢2品・ドリンク付

¥1,080(税込)

前半(熱量678kcal/タンパク質29.4g/脂質15.7g/塩分3.8g)

後半(熱量649kcal/タンパク質30.4g/脂質16.7g/塩分5g)

肉



【肉菜定食】

鶏つくねの照り焼き梅風味

卵

先付・ご飯・味噌汁・漬物・小鉢2品・ドリンク付

¥1,080(税込)

前半(熱量626kcal/タンパク質28.9g/脂質10.7g/塩分3.7g)

後半(熱量597kcal/タンパク質29.9g/脂質11.7g/塩分4.9g)

- 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
 当店が参加している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。

◆ 当店では、食品衛生法上の特定原材料7品目の使用について以下のように表示をしております。

表示：乳 ⇒ 乳製品 小麦 ⇒ 小麦 卵 ⇒ 鶏卵 そば ⇒ 蕎麦 落花生 ⇒ ピーナッツ類 エビ カニ ⇒ エビ・カニ

ご注意：当店で使用している調味料には原材料に小麦を使用しているものが含まれています。(個別表示はしてありません)