諏訪中央病院５F　レストラン　エスカァル

10:30～14:30

週　間　献　立　表

12月9日(月)～12月13日(金)

	12月9日	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日
	月	火	水	木	金
日替わりランチ　510円	御飯 味噌汁 和風おろしハンバーグ 切干大根と切り昆布の煮物 もやしの胡麻醤油 **熱量** 621 Kcal **蛋白** 23.5 g **脂質** 3.7 g **塩分** 4.4 g	十五穀米 味噌汁 ロールキャベツ じゃが芋の煮物 オクラの胡麻味噌和え **熱量** 643 Kcal **蛋白** 26.7 g **脂質** 9.8 g **塩分** 5.3 g	御飯 味噌汁 鶏肉の韓国風焼き 卵の花炒り煮 春雨サラダ **熱量** 733 Kcal **蛋白** 26.9 g **脂質** 23.2 g **塩分** 3.1 g	菜飯 味噌汁 肉団子の甘酢あん サツマイモのレモン和え 青菜の胡麻和え **熱量** 753 Kcal **蛋白** 23 g **脂質** 19.7 g **塩分** 4.2 g	十五穀米 味噌汁 アジフライ ひじきの煮つけ ポテトサラダ **熱量** 869 Kcal **蛋白** 28 g **脂質** 34.1 g **塩分** 3.6 g
週替わりランチ　610円	**ツナとトマトのカレー** **サラダ付き** **熱量** 513 Kcal **蛋白** 14.1 g **脂質** 8.6 g **塩分** 4 g				
週替わり麺 610円	**豆乳カルボナーラ** **サラダ付** **熱量** 683 Kcal **蛋白** 28.9 g **脂質** 24.5 g **塩分** 3.3 g				

※ 熱量は、ご飯200gで計算しています。
※ 当店のお米は、長野県産を使用しています。
※ 売り切れの際はご了承ください。
※ 材料の都合で、内容を変更する場合があります。

※　誠に申し訳ありませんが、土曜日、祝日は日替りランチ･週替りランチ･週替わり麺の販売はお休みします。

repast

一般お客様用