

カール週間献立表

9月16日(月)~9月20日(金)

	9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日
	月	火	水	木	金
日替わりランチ 500円		御飯 味噌汁 鶏肉の竜田揚げ ひじきの煮付け 春雨サラダ 熱量 736 Kcal 蛋白 26.3 g 脂質 25.6 g 塩分 4.4 g	十五穀米 味噌汁 ごろごろ肉じゃが 卵の花炒り煮 青菜と桜海老の和え物 熱量 737 Kcal 蛋白 19.6 g 脂質 20.3 g 塩分 3.1 g	海老カツカレー 味噌汁 じゃが芋の味噌がらめ 青菜のポン酢和え 熱量 852 Kcal 蛋白 27.1 g 脂質 21.7 g 塩分 6.2 g	御飯 味噌汁 チキン南蛮 きんぴらごぼう オクラの胡麻味噌和え 熱量 887 Kcal 蛋白 30.1 g 脂質 37 g 塩分 4.1 g
	週替わりランチ 600円	豚肉のピリ辛丼 味噌汁付き 熱量 604 Kcal 蛋白 23.5 g 脂質 17.5 g 塩分 2.2 g			
週替わり麺 600円	塩焼きそば サラダ付 熱量 342 Kcal 蛋白 14.5 g 脂質 9.8 g 塩分 3.6 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。



一般お客様用