



Weekly Menu 2019

令和元年

価格	12/9 (月)	12/10 (火)	12/11 (水)	12/12 (木)	12/13 (金)	12/14 (土)
Goodバランス セット 380円	おすすすめ! 手作りチキンカツ 冷奴 1074kcal 食塩相当量5.4g タバコ質 37.1g 卵・小麦・乳	白身魚の リヨネーズ焼き カボチャとひじきのサラダ 762kcal 食塩相当量 3.5g タバコ質 29.4g 卵・乳・小麦	鶏肉の唐揚げ マカロニとツナのサラダ 891kcal 食塩相当量 4.2g タバコ質 35.7g 卵・乳・小麦	牛すき焼き煮 ホウレン草のゴマ和え 847kcal 食塩相当量8.9g タバコ質 28.5g 乳・小麦	スパゲティミートソース (フェットチーネ) コーンサラダ 822kcal 食塩相当量 5.4g タバコ質 34.6g 卵・乳・小麦	帆立クリーム& 今金男爵牛肉コロッケ ブロッコリーのおろし和え 785kcal 食塩相当量 3.4g タバコ質 16.6g 乳・小麦
	野菜たっぷり Bowl 320円	スパイシー ビーフカレー 754kcal 食塩相当量 2.9g タバコ質 16.4g 小麦	豚とろろ丼 776kcal 食塩相当量 2.8g タバコ質 18.9g 小麦	スパイシーポークカレー 867kcal 食塩相当量 3.5g タバコ質 19.1g 小麦	スパイシー チキンカレー 822kcal 食塩相当量 3.2g タバコ質 25.5g 小麦	スパイシー ビーフカレー 754kcal 食塩相当量 2.9g タバコ質 16.4g 小麦
麺単品 270円	ワカメたっぷりうどん・そば		焼のり味玉ラーメン			
	364kcal 食塩相当量 5.9g タバコ質 13.3g 卵・小麦・そば	439kcal 食塩相当量 6.2g タバコ質 21.8g 卵・小麦				
ミニサラダ 60円	ミニサラダ 卵・小麦・そば	ミニサラダ 乳・小麦				
健康プラスワン小鉢 70円	しらすおろし -	ひじき煮 小麦				
ボリューム小鉢 120円	野菜コロッケ 卵・乳・小麦	イカフライ 小麦				
ミニチャーハン 120円	ミニチャーハン 卵・乳・小麦	ミニチャーハン 卵・乳・小麦				
ミニ丼 190円	ミニスパイシー ビーフカレー 小麦	ミニ豚とろろ丼 小麦				
	ミニカツ丼 卵・乳・小麦	ミニ麻婆丼 小麦				
売店丼ぶり(重) 340円	カツ丼 卵・乳・小麦	麻婆豆腐丼 小麦				

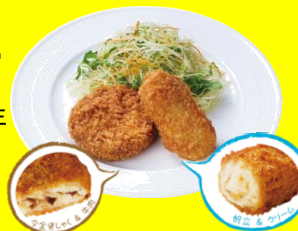
Goodバランスセット



主食・主菜・副菜が揃った、
バランスのとれた食事を
食べましょう！

帆立クリーム& 今金男爵牛肉コロッケ

北海道産の帆立を八雲町の搾りたて生乳クリームで包んだコロッケと、幻のじゃがいも“今金男しゃく”を使った牛肉コロッケです。



オリジナルのランチをつくろう！

- ¥310 ①ライス中+イカフライ+サラダ+味噌汁
②ミニ炒飯+サラダ+健康プラスワン小鉢+味噌汁
 - ¥320 ミニ中華丼+健康プラスワン小鉢+味噌汁
- 栄養バランス満点で心も身体もGOOD！！

Green House

※仕入の卸名によりメニューが変更になる場合がございます。ご了承ください。

