

	12月23日 (月)				12月24日 (火)				12月25日 (水)				12月26日 (木)				12月27日 (金)			
	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	
スペシャル					博多和牛のビーフシチュー				博多和牛のビーフシチュー											
1,000円					891	28.2	79.6	2.7	891	28.2	79.6	2.7								
健康定食 A	鱈のカレーあんかけ				厚揚げ回鍋肉風炒め				鰯の香味ソース				チキンチリソース煮				ハンバーグ おろしポン酢			
600円	716	32.6	181.1	2.5	767	22.8	80.7	4	745	29.3	94.1	3.1	709.1	24.8	85.6	2.9	637	21.7	98.8	3.2
健康定食 B	おろし焼肉				赤魚のゆず醤油焼き				かた焼きそば				★女子大豚丼定食 (尾崎ひかりさん・長谷川京香さん・松尾遥さん)				★女子大白身魚のカレームニエル (大場由紀さん・里崎文香さん・寺田倫子さん)			
600円	833	24.1	93.6	4.2	646	26.2	52.8	2	609	21.5	69	5.8	726	28.1	107.4	3.5	724	28.9	90	2.9
地産地消定食	むなかた鶏の唐揚げ (スイートチリソース)				はかた地どりの醤油糀焼き				むなかた鶏照り焼きチキンサラダ				はかた地どりの粒マスタード焼き				むなかた鶏のトマトチーズグラタン			
800円	849	35.4	103.9	3.6	873	37.6	91.9	3	922	16.8	82.7	4.0	973	39.7	90.3	3.6	641	25.8	88.2	3
定食 C	炭火焼鶏つくね丼												ヒレカツ和風おろしぼん酢				味噌カツ温玉丼			
	800円												800円				800円			
	812	33.3	98.5	3									899	30.4	111.8	2.7	1207	38	188.7	5.4
カレー	エビフライカレー				グリーンカレー				メンチカツカレー				チキン黒カレー				ソーセージカレー			
600~700円	665	15.2	111.5	3.2	762	27.5	92.2	2.2	822	16.8	108.9	4	737	21.9	111.6	2.5	644	15.2	100.7	3.6
麺	なめこ梅おろしうどん・そば				黒醤油ラーメン				鶏天うどん・そば				味噌ラーメン				肉おろしぶっかけうどん・そば			
600~700円	322	8.9	72.1	4.6	512	17.6	86.2	8.1	603	27.9	90.7	6.8	630	26.1	87.7	9.6	533	19.2	77.2	2.5
定番メニュー	<ul style="list-style-type: none"> ●けんちょうカレー(550円) ●博多ラーメン(550円) ●唐揚げ・コロッケ(140円) ●わかめうどん(450円) 肉うどん(600円) ●わかめそば(480円) 肉そば(630円) ●いなり(140円) ●おにぎり(140円) 																			

※提供レーンにより色分けしています。 定食 カレー 麺 メニューは食材の仕入れ状況により変更する場合があります。

※当食堂で提供する「TRY!スマソる?」メニューは、通常より塩分を(概ね3.0g未満)に控えた定食です。(選べる小鉢の塩分量については加算されておりません) スマソるの対象メニューにはスマソるの印を張り付けております。⇒

