

	8月25日 (月)				8月26日 (火)				8月27日 (水)				8月28日 (木)				8月29日 (金)			
	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)	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	★スペシャルメニュー 博多和牛のローストビーフ丼																			
1,100円					696	40.3	105.5	4.1												
健康定食 A	サゴシのポテトマヨネーズ焼き				チキンチリソース煮				鯖の塩焼き				厚揚げ回鍋肉風炒め				ナガメバルの唐揚げ野菜あんかけ			
700円	557	25.5	49.7	2.8	709	24.8	85.6	2.9	634	27.1	68.2	2.8	767	22.8	80.7	4	609	30.8	87.3	4.1
健康定食 B	柚子胡椒焼き肉				★福岡女子大学コラボメニュー 鶏肉と野菜のクリーム煮 (大石さん、近藤さん、中里さん、中原さん)				鶏肉のパンパンジーソース				鶏肉のレモンペッパー焼き				★福岡女子大学コラボメニュー 鶏肉ときゃべつのペペロン炒め (大西さん、大場さん、坂井さん、佐藤さん)			
700円	818	23.7	89.7	3.8	608.8	96.9	30.6	3	732	30.5	82.2	3.3	713	33	77.4	3.5	598	22.4	78.8	2.5
地産地消定食	むなかた鶏のチキン南蛮				はかた地どりの醤油糀焼き				むなかた鶏のジャポネソース				はかた地どりの天麩羅ポン酢				むなかた鶏照り焼きチキンサラダ			
900円	1104	39.3	105.5	4.8	873	37.6	91.9	3	757	38	85.3	3.3	782	25	57.7	2.7	922	16.8	82.7	4.0
定食 C	うな井																カジキマグロフライ～タルタルソース～			
	900円																900円			
	654	29.7	81.2	2.7													836	32.8	135.1	3
カレー	メンチカツカレー				レッドカレー				ソーセージカレー				マドラスシーフードカレー				カツカレー			
700～800円	822	16.8	108.9	4	607	20.8	95.2	2.4	644	15.2	100.7	3.6	571	13.9	96.1	2.4	901	26.1	100.5	3
麺	辛子高菜ラーメン				鶏天うどん・そば				味噌野菜ラーメン				釜玉風うどん・そば				冷やし担々麺			
650円	559	21	76.8	9.1	603	27.9	90.7	6.8	630	26.1	87.7	9.6	386	14	67.5	2.2	707	25.8	81.1	6.2
定番メニュー	<ul style="list-style-type: none"> <li>●けんちょうカレー(650円) ●博多ラーメン(550円) ●唐揚げ・コロッケ(170円)</li> <li>●わかめうどん(450円) 肉うどん(600円)</li> <li>●わかめそば(480円) 肉そば(630円)</li> <li>●いなり(180円) ●おにぎり(180円)</li> </ul>																			

※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) スマソる対象メニューにはスマソる印を張り付けております。⇒