

府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

2月19日（月）～2月23日（金）



福利厚生センター
地階

お昼は明るく暖かな食堂でお食事を！ 単品/丼/テイクアウト弁当を月～水と木・金で入替！ 赤字は新メニュー

2月	定食 (みそ汁付) ¥400+ごはん価格	ランチ (みそ汁付) ¥400+ごはん価格	単品 ¥298～¥172	丼 カレー	麺類	小鉢 その他
19 月	さんま塩焼き 404cal	牛バラ野菜炒 437cal	(月～水) ゆずからあげ 鯖味噌煮	(月～水) チキンチゲ チー丼 M: ¥370	(ラーメン) 蒸し鶏野菜 ラーメン ¥390	(小鉢各種) 豆腐大根サラダ ・ほうれん草塩ナムル ・鶏おくら甘味噌和え ・揚だし豆腐 ・ごまゴボウサラダ ・ささみ枝豆ひじきサラダ ・巣ごもり玉子 ・揚だし茄子 ・ほうれん草 ・他多数 ¥86,108,他
20 火	麻婆茄子 368cal	ミックフライ 425cal	いわし梅しそフライ 南瓜チーズコロッケ ハンバーグ黒酢ソース	胡麻あじたたき丼 M: ¥486	味噌ラーメン ¥345	
21 水	鰯南蛮漬け 316cal	おろし豚カツ 498cal	豆腐チゲ 豚肉野菜生姜炒め	(木・金) 中華丼 M: ¥370	(うどん・そば) 温玉ぶっかけ うどん・そば ¥259	
22 木	鶏肉塩麹胡麻 404cal	海老クリームコロッケ 472cal	豚肉キムチ炒め ローストチキンコチュ	和風カツ丼 M: ¥370	かきあげ・きつね ・かけうどん・そば ¥270・259・216	豚汁 ¥108
23 金	豆腐ハンバーグ 306cal	チキンカツ 463cal	鯖生姜煮 ローストカツ シチュードバーグ 白身フライチリ玉ソース	(カレー) 豚塩カルピカ カレー M: ¥400		ごはん SS: ¥89 S: ¥112 M: ¥133

※表示価格は組合員価格(税込)

2月	配達弁当 職場へお届けします	
19 月	チキンカツ・葱入玉子焼・金平牛蒡 オクラごま和え・スパサラ 煮物・野菜肉団子	852 cal
20 火	鶏照焼・マカサラ・煮物 玉子焼・ひじき煮・プロッコリー カニクリームコロッケ	923 cal
21 水	おろしハンバーグ・パンネサラダ・煮物 ホキ香草焼き・焼き南瓜・玉子焼 ほうれん草ごま和え	657 cal
22 木	鶏唐チリソース・野菜炒め・煮物 菜の花塩ナムル・ねぎ入玉子焼・蒸餃子 プロッコリーピーナッツ和え	808 cal
23 金	ササミチーズカツ・マカロニサラダ・煮物 春菊和え・プロッコリーごま和え・玉子焼 ゴボウから揚げ・鯖塩焼き	808 cal

レシートや写真メニューに3色食品群やカロリー等を表示！

- ①赤・「体の中で血や肉になる」・肉・魚・卵・大豆・牛乳など
- ②緑・「体の調子を整える」・緑黄色野菜・その他野菜・果物・海藻など
- ③黄・「体を動かすエネルギーや体温になる」・ご飯・穀物・芋類・油脂類・砂糖など

※あなたのメニューに、これらの栄養素がどれだけ含まれているか表示！

※その他に、タンパク質、カルシウム、野菜量、塩分量、カロリーを表示！

※入口のメニュー写真には、アレルギーも表示！

メニュー写真に表示 & レシート(実際の購入商品で)に表示

配達弁当は お得な回数券をご利用ください

10枚綴り 4,800円 (配達の際にご購入ください)

※現金売りは 1個 520円

【ご注文は】

本庁: 職場の注文表に記入するか、

電話(本庁内線6113)で注文

してください(10時45分まで)

市内: 職場毎に電話(直通 075-432-5055)

で注文してください(9時45分まで)



テイクアウトメニュー (購買前)

	(月～水)	(木・金)
弁当	HB&蒸鶏ピ丼 アジフ&鶏ダッカ弁	ササミ&野菜炒弁 鶏醤油揚&茄子味噌弁
¥380	唐揚&八宝菜弁 鶏醤油揚&豚もやし弁	鶏唐中華あ&豚もやし弁 HB&唐揚弁
丼・炒飯 他	鶏そぼろ丼 ハンバー和風あん丼	唐揚油淋鶏丼 牛バラ玉子丼
¥350/300他	海老ピラフコンボ 茄子回鍋肉丼	鶏肉塩麹柚子胡椒丼 ドライカレー
サラダ ¥110	豆腐と大根サラダ	



特注弁当

会議や集まりなどで、いつもと違うお弁当が欲しいとき

600円～1200円 程度でお弁当をお作りします

まずはお電話でご相談下さい(本庁内線 6113 直通 075-432-5055)

※お電話は遅くとも配達日の4営業日前(土日祝日除く)の午後2時までお願いします



このメニューは府庁
生協ホームページで
ご覧いただけます

ホームページは

府庁生協 検索

※スマホでも見られます

◇このメニュー表で使用しているお米はすべて国産米です。