

府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

3月12日（月）～3月16日（金）



福利厚生センター
1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

3月	定食 (みぞ汁付) ¥400+ごはん価格	ランチ (みぞ汁付) ¥400+ごはん価格	単品 ¥302～¥172	丼 カレー	麺類	小鉢 その他
12 月	ゆで豚若布ポン酢 397cal	チーズチキンカツ 502cal	(月～水) 鮭マスタードカツ 豚肉キムチ炒め	(月～水) ねぎとろユッケ丼 M: ¥432	(ラーメン) 担々麺 ¥388	(小鉢各種) ふきと湯葉の きめ煮・ブ ロッコリピー ナッツ・おくら 崇ごもり玉 子・揚げ出し 茄子・揚げだし 豆腐・ほうれ ん草・鶏きも 煮・温泉玉 子・竹輪天・ フルーツヨー グルト・他多 数 ¥86,108,他
13 火	豚肉じゃが 362cal	ハンバーグ海老フライ 447cal	唐揚げと根菜の黒酢 ロールキャバッククリーム	中華丼 M: ¥378	醤油ラーメン ¥345	
14 水	鯖味噌煮 589cal	八宝菜 298cal	鯖味噌煮 ローストンカツ 照タルハンバーグ	(木・金) 豚焼肉玉子丼 M: ¥378	(うどん・そば) ちく天あんかけ うどん・そば ¥302	
15 木	鶏の天ぷら 711cal	(休みます)	唐揚げと根菜の黒酢 ロールキャバッククリーム	(カレー) チキンカツ カレー M: ¥400	かきあげ・き つね・かけ うどん・そば ¥270・ 259・216	ごはん
16 金	秋刀魚塩焼き 404cal	牛バラ野菜炒 437cal	南瓜チーズコロッケ 鯖生姜煮 ダッカルビ風野菜炒 シチュードバーグ 白身フライチリ玉ソース	カレーライス M: ¥300		SS: ¥89 S: ¥112 M: ¥133

※表示価格は組合員価格(税込)

※赤字は新・季節メニュー

3月	配達弁当 職場へお届けします	
12 月	油淋鶏・春雨サラダ・法蓮草和え物・煮物 玉子焼き・オクラごま和え・五目春巻	815 cal
13 火	豚の生姜焼き・煮物・ひじき煮 肉じゃがコロッケ・ごぼうサラダ ねぎ入玉子焼・ブロッコリー	837 cal
14 水	塩ダレチキン・春菊おひたし 煮物・厚焼玉子・ゆずおろし団子 春巻・ナムルサラダ	744 cal
15 木	かじきミンチ・豚塩野菜炒め 棒々鶏・ブロッコリー・ナッツ和え 煮物・玉子焼・ごぼうサラダ	763 cal
16 金	ヒレカツ・スパサラダ・金平牛蒡 オムレツ・煮物・厚揚げそぼろかけ 蒸シュウマイ・スナッエンドウごま和え	778 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、アレルゲンも表示！

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)

赤字は新メニュー

	(月～水)	(木・金)
弁当	HB&蒸鶏ピ弁 アジフ&鶏ダッカ弁	ササミ&野菜炒弁 鶏醤油揚&茄子味噌弁
¥390	唐揚げ&八宝菜弁 鶏醤油揚&豚もやし弁	鶏唐中華あ&豚もやし弁 HB&唐揚げ弁
丼・炒飯 他	チヨレギ醤油揚丼 カツカレーあんかけ丼	ササミチーズ丼 豚味噌炒丼
¥350/300他	とろっちキンライス あんかけ炒飯	麻婆丼 天津丼
サラダ ¥110	コーンツナサラダ	



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時までにお願いします



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。