

府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

5月14日（月）～5月18日（金）



福利厚生センター地階

お昼は明るく快適な食堂で！ 今週は「スタミナフェア」（赤字の商品）前半です！

5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 ¥324～¥172	丼 カレー	麺類	小鉢 その他
14 月	ゆで豚若布ボン酢 397cal		チーズチキンカツ 502cal		(ラーメン) 蒸し鶏野菜ラーメン ¥388	(小鉢各種) 肉じゃがコロッケ・ポテト野菜サラダ・ゴマごぼうサラダ・ほうれん草塩ナムル・ササミ枝豆ひじきサラダ・さっぱり揚げ出し茄子・巣ごもり玉子・ほうれん草・竹輪天・他多数 ¥86,108,他 豚汁¥108
15 火	鶏の天ぷら 711cal		ハンバーグ海老フライ 447cal		醤油ラーメン ¥345	
16 水	鯖味噌煮 589cal		八宝菜 298cal		(うどん・そば) 山菜うどん・そば ¥259	
17 木	カレイ南蛮漬 316cal		チキン唐揚げ 648cal		かきあげ・きつね・かけうどん・そば ¥270・259・216	
18 金	鶏甘酢あん 573cal		牛バラ野菜炒 437cal		カレーライス M: ¥300	ごはん SS: ¥89 S: ¥112 M: ¥133

※表示価格は組合員価格(税込)

豆腐と野菜すき焼き風

5月	配達弁当 職場へお届けします
14 月	海老カツ・おくら和えもの ねぎ入り玉子焼・煮物・茄子田楽 コロッケ・餃子野菜あんかけ 849 cal
15 火	鶏唐黒酢あん・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 818 cal
16 水	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 ねぎ入り玉子焼・フロッコリー 837 cal
17 木	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
18 金	かじきミンチ・豚塩野菜炒め 棒々鶏・フロッコリー・カツ和え 煮物・玉子焼・ごぼうサラダ 763 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)

赤字はスタミナフェア

	(月～水)	(木・金)
弁当	ササミ&野菜炒弁 鶏醤油揚げ&茄子味噌弁	梅しそ豚カツ&鶏ピ弁 アジフ&豚野菜炒弁
¥390	鶏唐中華あ&豚もやし弁 HB&唐揚げ弁	メンチ&鶏ダッカル弁 唐揚げ&春巻弁
丼・炒飯 他	豚スタミナ丼 チョレギ鶏醤油揚げ弁	カツカレーあんか弁
¥350/300他	ササミチーズ丼 天津丼 麻婆丼	ドライカレー
サラダ ¥110	ポテト野菜サラダ	



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。