

# 府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

6月18日（月）～6月22日（金）



福利厚生センター  
地階

お昼は明るく快適な食堂で！

※アジアンフェア(赤字メニュー)後半！

※青字は季節メニュー

6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
18 月	麻婆豆腐 451cal 	牛バラ野菜炒 437cal 	(月～水) 唐揚げスイートチリソ サンラータン	(月～水) シンガポールチキン丼 M: ¥432	(ラーメン) 胡麻チゲ冷麺 ¥432	(小鉢各種) おくらサラダ 豆腐・あさり クリームコ ロッケ・若布 ツナサラダ・ 蒸し鶏胡瓜若 布ポン酢・オ クラ菜ごもり 玉子・さっぱ り揚げ出し茄 子・ほうれん 草・温泉玉 子・他多数 ¥86,108,他
19 火	棒々鶏サラダ 401cal 	ミック スフライ 425cal 	いわし梅しそフライ ハンバーグ黒酢ソース かつおのたたき	豚焼肉玉子丼 M: ¥378	味噌ラーメン ¥345	
20 水	鮭のマ リネ 348cal 	和風おろ しトンカ ツ 489cal 	和風フライドチキン ササミチーズカツ	(木・金) シンガポール チキン丼 M: ¥432	(うどん・そば) 冷しかきあげ うどん・そば ¥302	
21 木	チキン大 葉トマト 591cal 	豚肉野 菜炒め 525cal 	唐揚げスイートチリソ サンラータン	ピピンバ丼 M: ¥378	冷やし うどん・そば ¥259	夏の豚汁 ¥108
22 金	鶏と茄子 の辛味噌 698cal 	チキン カツ 463cal 	唐揚げスイートチリソ サンラータン	唐揚げカレー M: ¥378	かきあげ・き つね・かけ うどん・そば ¥270・ 259・216	ごはん SS: ¥89 S: ¥112 M: ¥133

※表示価格は組合員価格(税込)

※冷やし○○うどん・そばあります！

6月	配達弁当 職場へお届けします	
18 月	かじきミンチ・豚塩野菜炒め 棒々鶏・アロカリピーツ和え 煮物・玉子焼・ごぼうサラダ	765 cal
19 火	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
20 水	鶏照焼・マカサラ・煮物 玉子焼・ほうれん草ひじき煮 ブロッコリー・カニクリームコロッケ	844 cal
21 木	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	814 cal
22 金	おろしハンバーグ・明太マカロニ・煮物 南瓜とコーン天ぷら・厚焼玉子 竹の子土佐煮	786 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)

弁当	(月～水)	(木・金)
¥390	梅しそ豚カツ&鶏ピ弁 アジフ&豚野菜炒弁 唐揚げ&春巻弁	チーズチキン&野菜炒弁 メンチ&鶏ダツカル弁 鶏醤油揚げ&豚もやし弁
丼・炒飯 他	トマト油淋チキン丼 牛バラ玉子丼	豚塩トンカツ丼 とろっチキンライス 炒飯コンボ
¥350/300他		HB&蒸鶏ピ弁 アジフ&鶏ダツカ弁 鶏そぼろ丼 ハンバー和風あん弁 サラダ ¥110



## 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。