

府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

7月17日（火）～7月20日（金）



福利厚生センター
1階

暑い夏を生協の「昼ごはん」で乗り切ろう！

※赤字は新メニュー

※青字は季節メニュー

7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 ¥324～¥172	丼 カレー	麺類	小鉢 その他
16 月	(海の日)		(月～水) トマト油淋唐揚げ 柚子胡椒風味ハンバー 鯖南蛮漬け 豆腐と野菜すき焼風 ササミチーズカツ	(月～水) 温玉ねぎとろ丼 M: ¥432 そばろ親子丼 M: ¥378 (木・金) 中華丼 M: ¥378 和風カツ丼 M: ¥378 (カレー) 唐揚げカレー M: ¥378 カレーライス M: ¥300	(ラーメン) 胡麻チゲ冷麺 ¥432 醤油ラーメン ¥345 (うどん・そば) 冷温玉ぶっかけ うどん・そば ¥302 冷やし うどん・そば ¥259 かきあげ・きつね・かけ うどん・そば ¥270・259・216	(小鉢各種) ポテト野菜サラダ・牛肉コロッケ・ブロッコリー・ピーナッツ・蒸し鶏胡瓜若布ポン酢・さっぱり揚げ出し茄子・ほうれん草・豆腐・他多数 ¥86,108,他 フルーツヨーグルト 夏の豚汁 ¥108
17 火	チキン大葉トマト 591cal	塩だれ豚カツ 545cal	ハンバーグ白身フライ 548cal	トマト油淋唐揚げ 若鶏梅肉包み揚げ かつおたたき 鶏肉野菜の田舎煮		
18 水	鶏肉塩麹柚子胡椒 404cal	ハンバーグ白身フライ 548cal	豚肉野菜生姜炒め (木・金) トマト油淋唐揚げ 若鶏梅肉包み揚げ	中華丼 M: ¥378 和風カツ丼 M: ¥378	冷温玉ぶっかけ うどん・そば ¥302	
19 木	鮭カレーマヨソース 468cal	豚焼肉 394cal	鶏肉野菜の田舎煮 ハンバーグおろしソース ローストンカツ	唐揚げカレー M: ¥378 カレーライス M: ¥300	冷やし うどん・そば ¥259	
20 金	豚肉じゃが 362cal	チーズミンチカツ 547cal	ダッカルピ風野菜炒め			ごはん SS: ¥89 S: ¥112 M: ¥133

※表示価格は、組合員価格（税込み）です。

※冷やし〇〇うどん・そばあります！

7月	配達弁当 職場へお届けします
16 月	(海の日)
17 火	豚の生姜焼き・煮物・ひじき煮肉じゃがコロケ・ごぼうサラダ ねぎ入玉子焼 837 cal
18 水	チキン南蛮・豚キムチ炒め 煮物・もやしナムル 枝豆サラダ・ブロッコリー・玉子焼 853 cal
19 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・パンプキンサラダ 780 cal
20 金	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

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）

※赤字は九州・沖縄フェアメニュー

弁当	(月～水)	(木・金)
¥390	ササミ&野菜炒め 鶏唐揚げ&茄子味噌汁	梅しそ豚カツ&鶏ピザ
	鶏唐中華あ&豚もやし汁 HB&唐揚げ	アジフ&豚肉野菜炒め
		唐揚げ&春巻汁
丼・炒飯 他	鶏そばろ丼 ハンバー和風あん丼	牛バラ玉子丼 油淋鶏丼
¥350/300他	とろっちキンライス 炒飯コンボ	茄子回鍋肉丼



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。