

# 府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

2月18日（月）～2月22日（金）



福利厚生センター 地階

お昼は明るく暖かな食堂で！ 寒い日は暖かいお昼ご飯を！

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 ¥324～¥172	丼・炒飯 カレー	麺類	小鉢 その他
18 月	豚すき焼風煮 373kcal	ヒレカツ 412kcal	(月～水) 冬野菜の中華煮 鶏から南蛮	(月～水) 温玉ねぎとろ丼 M: ¥432	(ラーメン) あさり塩ラーメン ¥388	(小鉢各種) 小松菜と大根 ゴマナムル・揚げ出し豆腐・枝豆オクラのさっぱり・南豆腐・温泉玉子・さっぱり揚げ出し茄子・オクラ菜ごもり玉子・ほうれん草・豆腐・竹輪天 他 ¥86,108,他
19 火	豚生姜焼き 394kcal	ミックスフライ 481kcal	キャベツミンチカツ 鯖生姜煮 ササミチーズカツ	本格麻婆丼 M: ¥399	醤油ラーメン ¥345	
20 水	豆腐ハンバーグ 306kcal	タンドリーチキン 458kcal	豚肉と野菜の生姜炒め シチュードバーグ	(木・金) ソースかつ丼 M: ¥378	(うどん・そば)	
21 木	棒々鶏サラダ 401kcal	豚肉野菜炒め 376kcal	豆腐と野菜すき焼風 若鶏梅肉包み揚げ 豚玉チリソース	唐揚げ玉子あん丼 M: ¥378	梅肉鶏天あんうどん・そば ¥302	
22 金	鯖味噌煮 589kcal	チーズチンカツ 428kcal	鯖塩麹焼き チキン南蛮 油淋ハンバーグ	豚塩カルビカレー M: ¥400	かきあげ・きつね・かけうどん・そば ¥270・259・217	ごはん SS: ¥89 S: ¥112 M: ¥133

※表示価格は、組合員価格(税込)です。(非組合員価格は10%増し)

白身フライチリ玉ソース

2月	配達弁当 職場へお届けします	
18 月	梅しそ豚カツ・鶏肉ブルコギ 煮物・もやしカレー和え タンドリーチキン・胡瓜ポン酢	野菜 153 705 g kcal
19 火	豚かつ・鶏天ぷら・南瓜サラダ 煮物・ほうれん草和えもの・玉子焼 蒸餃子	野菜 96 834 g kcal
20 水	鯖の塩麹焼・鶏唐揚げチリソース 肉じゃがコロッケ・煮物・いんげん胡麻和え ねぎ入玉子焼・春雨しそサラダ	野菜 73 842 g kcal
21 木	ねぎ塩ハンバーグ・煮物・南瓜コロッケ いんげんピーナッツ和え・マカサラ・ゆで卵 ブロッコリー	野菜 98 761 g kcal
22 金	鶏唐黒酢あん・れんこんきんぴら 法蓮草和え物・煮物・厚焼玉子 オクラごま和え・五目春巻	野菜 104 823 g kcal

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30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30分まで)



## テイクアウトメニュー (購買前)

	(月～水)	(木・金)	
弁当 ¥390	おろバーグ&野菜炒弁 ハンバーグ&蒸鶏ピ弁 鶏醤油揚げ&豚もやし弁	唐揚&八宝菜弁 豚肉春雨炒&チキン弁 アジフ&鶏ダック弁 鶏唐中華あ&豚もやし弁	ササミ&野菜炒弁 HB&白身魚弁
丼・炒飯 他 ¥350/300他	麻婆春雨チキン丼 とろっちキンライス	とんかつ中華玉丼 炒飯コンボ 鶏玉丼 中華丼	韓国風豚焼肉丼 唐揚チリソース丼 サラダ ¥110

## テイクアウト弁当類の値上げについて

- 最近の食材費や物流費の高騰・人件費の上昇が続く中で、テイクアウト弁当類の価格維持が困難となっています。
- このため、誠に恐縮ですが、3月1日から弁当・丼などについてそれぞれ20円ずつの値上げを予定しています。何卒、ご理解賜いますようお願い申し上げます。

## 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

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時までをお願いします



◇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。

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