

府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

4月22日（月）～4月26日（金）



福利厚生センター
地階

お昼は明るく爽やかな食堂で！

生協は皆様のサラメシを応援します！

4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
22	月	鶏の天ぷら 711kcal	ハンバーグ海老フライ 368kcal	(月～水) 鯖味噌煮 ダッカルビ風野菜炒め	(月～水) 照焼チキン丼 M: ¥486	(ラーメン) チキン塩ラーメン ¥388	(小鉢各種) 冷奴・南瓜煮・ゴマごぼうサラダ・ササミ枝豆ひじきサラダ・竹輪天・山芋とろろオクラ・巣ごもり玉子・揚げ出し豆腐・ほうれん草塩ナムル・ポテト野菜サラダ 他 ¥86,108,他
23	火	豚大根 399kcal	チキン香草焼き 493kcal	ハンバーグチーズソース コース豚カツ ポークブラウンシチュー	天津炒飯 M: ¥421	醤油ラーメン ¥345	
24	水	豚すき焼き風 373kcal	揚鶏トマトソース 594kcal	ローストチキン焼き鳥 若鶏梅肉包み揚げ	(木・金) 照焼チキン丼 M: ¥486	ピビンバ丼 M: ¥378	
25	木	豚生姜焼き 394kcal	ヒレカツ 411kcal	(木・金) 鯖生姜煮 キャベツミンチカツ 豆腐チゲ	温玉牛すじ味噌煮込み丼 M: ¥399	(うどん・そば) 梅肉鶏天あんうどん・そば ¥302	
26	金	豆腐ハンバーグ 306kcal	チキン南蛮 739kcal	ハンバーグおろしソース フライドチキンタルタル 豚肉キムチ炒め ササミチーズカツ	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)です。(非組合員価格は10%増し)

4月	配達弁当 職場へお届けします	
22 月	ササミチーズカツ・ポテトサラダ 煮物・春菊和え・玉子焼 ゴボウから揚げ・鶏大根シチュー	野菜 105 775 g kcal
23 火	鶏唐子リソース・野菜炒め・煮物 菜の花塩ナムル・ねぎ入玉子焼・蒸餃子 ブロッコリーピーナッツ和え	野菜 152 786 g kcal
24 水	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 蒸し鶏胡瓜ポン酢	野菜 124 800 g kcal
25 木	鶏照焼・マカサラ・煮物 玉子焼・法蓮草ひじき・ブロッコリー カニクリームコロッケ	野菜 71 857 g kcal
26 金	梅しそ豚カツ・鶏肉プルコギ 煮物・もやしカレー和え 厚焼玉子・胡瓜ポン酢	野菜 177 676 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 5,000円 (配達の際にご購入ください)

※現金売りは 1個 540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40分まで)

弁当チケットは4月1日から10枚
5000円になりました。旧のチケッ
ト(10枚4800円)をお持ちの場
合は、現金20円を加えてご使用
ください。

テイクアウトメニュー (购买前)

赤字は新メニュー

弁当	(月～水)	(木・金)
¥410	鶏醤油揚げ&豚もやし弁 豚肉春雨炒&チキン弁 おろしバーグ&野菜炒め弁	唐揚げ&八宝菜弁 アジフライ&鶏ダツカ弁 ハンバーグ&蒸鶏ピ弁 鶏醤油揚げ&茄子味噌弁 ササミチーズ&野菜炒弁
丼・炒飯 他	天津丼 豚味噌炒弁	ササミチーズ丼 カツカレーあんかけ弁
¥370/320他	チヨレギ鶏醤油揚げ弁	天津麻婆炒飯 ドライカレー



サラダ ¥120 } 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

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

◇使用しているお米はすべて国産米(9年連続食味「特A」獲得銘柄)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

スマートフォンはこちらから