

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

お昼は明るい生協食堂をご利用ください！

赤字は新メニュー

4月	定食 (みそ汁付) ¥497+ライス価格	ランチ (みそ汁付) ¥497+ライス価格	単品 企画	丼	麺類	小鉢 その他
22 (月)	Wアジフライ 419kcal	ハンバーグトマトチーズ 403kcal	(単品) 唐揚げねぎ塩ソース・チャブチェ ¥394	唐揚げ麻婆丼 M: ¥515 S: ¥363	(ラーメン) 蒸し鶏胡麻味噌ラーメン ¥462	(小鉢他) 鶏と枝豆たんぱく和え・揚げ出し豆腐・さっぱり揚げ出し茄子・モロヘイヤおくら・春巻・ほうれん草胡麻ナムル・温泉玉子・南瓜煮・シーサラダ他 ¥93/115他
23 (火)	鶏大根煮 468kcal	フライドチキンタルタル 500kcal	【新メニュー】 (単品) 豚と野菜生姜炒め ¥345	焼き鳥丼 M: ¥550 S: ¥440	豚骨ラーメン ¥418	
24 (水)	八宝菜 298kcal	黒毛和牛ミンチカツ kcal	(単品) 鯖南蛮漬け ¥360	天丼 M: ¥460	(うどん・そば) さっぱり豚おろしうどん ¥396	
25 (木)	よだれ鶏風 553kcal	豚しそチーズカツ (写真なし) kcal	(単品) 豆腐ハンバーグ茸あん ¥338	豚塩カルピ丼 M: ¥515 S: ¥385	(うどん・そば定番) かけ・きつね・かき揚げ	味噌汁 ¥63 豚汁 ¥125
26 (金)	鶏の天ぷら 711kcal	和風おろし豚カツ 489kcal	(単品) 白身フライチリ玉ソース ¥338	牛クッパ M: ¥445 S: ¥363	カレー コースカツカレー 中: ¥570	カレーライス 中: ¥363

※表示価格は 組合員価格(税込)です(一般価格は10%増しです)

※入口のメニューカードにカロリーや栄養素を表示しています

4月	配達弁当 職場へお届けします	
22 (月)	プルコギ チンゲン菜オイスターソース和え・玉子焼 法蓮草浸し・白身フライ	kcal 671 野菜g 122 塩分g 2.4
23 (火)	【管理栄養士メニュー】焼唐揚げサワーソース 野菜たっぷり中華カツ 小松菜ときのごオイスターナムル・玉子焼	kcal 675 野菜g 88 塩分g 3.3
24 (水)	豚しそチーズカツ 蒸し鶏オクラ柚子胡椒・玉子焼 法蓮草チャブチェ・人参ふわふわエッグ	kcal 554 野菜g 46 塩分g 1.9
25 (木)	鯖野菜甘酢あん 海老クリームコロッケ・玉子焼 法蓮草きのごま和え・マカサラ	kcal 764 野菜g 44 塩分g 1.9
26 (金)	【管理栄養士メニュー】チキンねぎ山椒だれ 麻婆白菜・枝豆ツナコールスローサラダ 茄子の梅しそ和え	kcal 715 野菜g 119 塩分g 2.5

テイクアウト (福利厚生センター購買前)

	(月～水)	(木・金)
弁当 ¥410・450他	鯖味噌煮丼 ササミチーズ＆野菜炒め 鶏醤油揚げ＆茄子味噌丼 タンドリーチキン丼 おろしバーグ＆白身魚丼	コース豚カツ＆茄子味噌丼 鶏醤油揚げ＆八宝菜丼 アジフライ＆豚野菜炒め 唐揚げ＆春巻丼 バランス若鶏丼(雑穀ご飯)
丼・炒飯 他 ¥370・410他	チキンカレードリア 鶏そぼろ丼 ハンバーグ和風あん丼 チキン南蛮丼 チキンライス 塩だれカツ丼	
サラダ ¥120	シーサラダ	お茶も販売しています

【ご注文】

スマホ・PCで注文できます

スマホ →

PC ↓ <https://forms.gle/1tSkaqcxMp8aPhWVA>
fucho.syokudo@univ.coop

①フォームで注文 (10:20まで)
 ②メールで注文 (10:20まで)
 ③電話で注文 (10:30まで) (内線6113/432-5055)

※電話やメールでの注文は、「建物名」「階」「課名」「お名前」「個数」をお願いします。
 ※容器は再生プラゴミとして回収しますので、中をきれいにして廊下等にお出しください。

【市内公所】 公所毎に、①メール(上記アドレス)又は②電話(432-5055)で注文してください(9:30まで)

【お支払い】
 配達弁当は お得な弁当チケットをご利用ください
10枚綴り 5,200円(1個当たり520円) ※現金売りは560円
 ※チケットは配達の際に配達員から購入してください。購入即お支払いもできます。
 ※ご注文の際にチケット購入をお知らせいただくとスムーズに購入いただけます。



食堂メニューで使用しているお米はすべて国産米(13年連続食味「特A」獲得銘柄)です。