

府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

10月28日（月）～11月1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！

10月	セット食(ランチ/定食) (みそ汁付) ¥497+ライス価格	単品① 企画	単品② 企画	丼	麺類	小鉢 その他
28 (月)	鶏の生姜あんかけ 527kcal	餃子野菜あん ¥290	やきそば&唐揚げ ¥500	塩だれカツ丼 M: ¥440 S: ¥385	(ラーメン) 醤油豚骨ラーメン ¥462	(小鉢 他) 肉じゃがコロッケ・揚げ出し豆腐・茄子柚子味噌・オクラひじきマヨサラ・ブロッコリピーナッツ・南瓜煮・巣ごもり玉子・豆腐野菜サラダ 他 ¥93/115 他
29 (火)	鶏の天ぷら 711kcal	ネギ塩ハンバーグ ¥310	白身フライオニオンソース ¥350	焼き鳥丼 M: ¥550 S: ¥440	塩ラーメン ¥418	
30 (水)	皿うどん 665kcal	ササミチーズタルタルソース ¥360	鶏唐南蛮 ¥390	天丼 M: ¥460	(うどん・そば) カレーあんかけうどん・そば ¥396	
31 (木)	肉豆腐 518kcal	蒸し鶏ラタトゥイユ ¥445	チゲ豆腐 ¥360	本格麻婆丼 M: ¥520 S: ¥411	(うどん・そば定番) かけ・きつね・かき揚げ	豚汁 ¥130 セットは¥80 味噌汁 ¥63
11月 1 (金)	タンドリーチキン 458kcal	ハンバーグ白身フライ ¥385	鶏唐と根菜の黒酢 ¥430	鶏だし茶漬け丼 M: ¥440 S: ¥385	トッピングOK	
					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

10月	配達弁当 職場へお届けします	
28 (月)	タンドリーチキン ひじき蒸し鶏レモン和え・人参しりしり 南瓜コロッケ・ナポリタンスパ	kcal 689 野菜g 44 塩分g 1.7
29 (火)	豚ニンニク芽炒め 春巻き・蓮根ツナ辛子マヨ 玉子焼・小松菜お浸し	kcal 697 野菜g 118 塩分g 1.8
30 (水)	鶏天 豚と豆腐の明太マヨ炒め・玉子焼 キャベツ蒸鶏柚子胡椒和え	kcal 726 野菜g 48 塩分g 2.2
31 (木)	海老カツタルタル おくら和え物・玉子焼・蒸焼売 スパサラ・ひじき煮	kcal 620 野菜g 77 塩分g 2.3
11月 1 (金)	炭火焼鶏つくね 蓮根挟み揚げ・菜の花ごま和え さつま芋甘露煮・茄子ゆずみそかけ	kcal 596 野菜g 94 塩分g 2.2

【ご注文】

本庁

- ①フォームで注文 (10:20まで) <https://forms.gle/1tSkaqcxMp8aPhWVA>
 - ②メールで注文 (10:20まで) fucho.syokudo@univ.coop
 - 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。

スマホ・PCで
注文できます

スマホ
(机に貼って)



PC↓

テイクアウト(福利厚生センター購買前)

弁当	(月～水)	(木・金)
¥410・450他	アジフライ&豚野菜炒め 鶏醤油揚げ&八宝菜 鶏醤油揚げ&豚もやし 味噌炒め&鰹カツ丼	
	ロース豚カツ&茄子味噌 鶏タンドリーチキン 豚カツ&野菜春雨 八宝菜&唐揚げ	
	チキンカツカレータルタル 酢鶏	
丼・炒飯 他	茄子ミートドリア 和風カツ丼 唐揚げ麻婆炒飯 若鶏唐揚げ丼	
¥370・410他	チョレギ鶏醤油上げ丼 親子唐揚げ丼 海老カツ玉子丼	
サラダ 他 ¥120	豆腐野菜サラダ	

※お茶も販売しています



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。

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 <https://fucho.u-coop.net/>

府庁生協

検索

スマホ→



府庁生協食堂課

TEL075-432-5055 内線6113

Mail: fucho.syokudo@univ.coop