

# 府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

11月18日（月）～11月22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！

管理栄養士メニューフェア後半

11月	セット食(ランチ/定食) (みそ汁付) ¥497+ライス価格	丼	管理栄養士メニューフェア 単品	麺類	小鉢 その他
18 (月)	豚大根煮 399kcal	鶏チゲチーズ丼 M: ¥440 S: ¥385		(ラーメン) 柚子胡椒香る鶏塩まぜそば ¥506 蒸し鶏野菜ラーメン ¥462 (うどん・そば) 温玉ぶっかけうどん・そば ¥396 (うどん・そば定番) かけ・きつね・かき揚げ	(小鉢他) ほうれん草チーズ和え・蒸し鶏小松菜梅和え・揚げ出し豆腐・モロヘイヤおくら・揚げ出し茄子・牛肉コロッケ・若布ツナサラダ他 ¥93/115 韓国風旨辛豚汁 ¥150 セットは¥95 味噌汁 ¥63
19 (火)	鯖カレー天ぷら 697kcal	豚カツ茶漬け丼 M: ¥440 S: ¥385	(新)麻婆炒飯 ¥390	焼きササミチーズサルサソース ¥370 唐揚げねぎ塩麺だれ ¥440	
20 (水)	豆腐ハンバーグ 306kcal	天丼 M: ¥460	豚しそチーズカツ ¥390	トッピングOK	
21 (木)	青椒肉絲 366kcal	和風カツ丼 M: ¥480 S: ¥385		豚塩とろろ丼 M: ¥630 S: ¥462	
22 (金)	豚生姜焼き 394kcal	唐揚げ玉子あん丼 M: ¥530 S: ¥385			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

11月	配達弁当 職場へお届けします	
18 (月)	チキンカツ 法蓮草ひじき・玉子焼・スパサラ 五目野菜肉団子・きんぴらごぼう	kcal 654 野菜g 41 塩分g 3.0
19 (火)	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 665 野菜g 102 塩分g 2.4
20 (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 545 野菜g 56 塩分g 1.8
21 (木)	【管理栄養士考案メニュー】唐揚げねぎ塩麺だれ 焼ササミチーズサルサソース 法蓮草チーズあえ・蒸し鶏小松菜梅和え	kcal 603 野菜g 52 塩分g 3.2
22 (金)	鶏塩麹焼き 海老刈-ミ-ソウ・玉子焼・加加若布ポン酢シユレ 法蓮草人参-蒸し鶏オクラ柚子胡椒	kcal 669 野菜g 33 塩分g 2.5

【ご注文】

スマホ・PCで注文できます

スマホ (机に貼って)



PC↓

- 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](mailto: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。

## 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	アジフライ&豚野菜炒め 鶏チゲチーズ炒め 鶏醤油揚げ&豚もやし 味噌炒め&鰹カツ	鶏醤油揚げ&豚もやし 味噌炒め&鰹カツ
丼・炒飯 他 ¥370・410他	ロース豚カツ&茄子味噌 鶏醤油揚げ&八宝菜 豚カツ&野菜春雨 八宝菜&唐揚げ	豚カツ&野菜春雨 八宝菜&唐揚げ
サラダ 他 ¥120	チキンカツカレータルタル 豆腐ハンバーグ	豆腐ハンバーグ
	茄子ミートドリア 唐揚げ麻婆炒飯 鶏づくし カツ丼	
	豚焼肉 かつ揚げ 茄子回鍋肉 牛肉コロッケ	
	若布ツナサラダ ※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