

# 府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

3月10日（月）～3月14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！

3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
10 (月)	鶏の天ぷら 625kcal 	煮込みハンバーグ ¥312	白身フライ オニオンソース ¥350	和風カツ丼 中：¥506 小：¥407	(ラーメン) 背油醤油ラーメン ¥506	(小鉢 他) 牛肉コロッケ・巣ごもり 玉子・春の塩 きんぴら・南 瓜煮・モロヘ イヤおくら・ ブロッコリ ピーナッツ・ ほうれん草胡 麻ナムル・若 布ツナサラダ 他 ¥93/115 他
11 (火)	ひれかつ 574kcal 	鯖の塩麹焼き ¥312	新メニュー あごだし唐揚げ (あごだし・鯉・鯖だしを使 用) ¥495	2種サーモン丼 中：¥710 小：¥539	味噌 ラーメン ¥462	
12 (水)	よだれ鶏風 527kcal 	たらちゃんち ゃん焼き ¥370	肉団子と野菜の 中華煮 ¥370	天丼 中：¥480	(うどん・そば) 鶏天 うどん・そば ¥420	
13 (木)	豚肉 チンジャオロ ース 389kcal 	チキンカツデ ミタルソース ¥360	カレー煮込みハ ンバーグ ¥400	本格麻婆丼 中：¥530 小：¥411	(うどん・そば定番) かけ・きつね・ かき揚げ トッピングOK	豚汁 ¥132 セットは¥80 味噌汁 ¥63
14 (金)	鯖味噌煮 天ぷら 423kcal 	オムそば 唐揚げ ¥550	豚焼肉 ¥550円	ローストビー フ丼 中：¥660 小：¥495	カレ ー ロースカツ カレー 中：¥600	カレーライス 中：¥385

※表示は 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

## 特注弁当承ります

会議やミーティング、送別会に特注弁当やオードブルはいかがですか。ご予算に応じて承ります。電話・メールで食堂までご相談下さい。ご利用をお待ちしています。 下記



3月	配達弁当 職場へお届けします	
10 (月)	豚しそチーズカツ 蒸し鶏オクラ柚子胡椒・玉子焼 法蓮草チャプチェ・人参ふわふわエッグ	kcal 545 野菜g 56 塩分g 1.8
11 (火)	鶏塩麹焼き 海老クリーミーコロッケ・玉子焼・法蓮草人参片 蒸し鶏オクラ柚子胡椒・かか若布ボン酢ジュレ	kcal 692 野菜g 33 塩分g 2.7
12 (水)	サーモンマヨフライ オクラひじきマヨ和え・もやしカレー和え ブロッコリー胡麻和え・ナポリタンスパ・オムレツ	kcal 702 野菜g 88 塩分g 2.1
13 (木)	【管理栄養士考案メニュー】 焼唐揚げサワーソース 野菜たっぷり中華カツ・小松菜ときこのオイスターナム ル 玉子焼	kcal 660 野菜g 80 塩分g 2.9
14 (金)	【管理栄養士企画】 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	kcal 695 野菜g 104 塩分g 2.3

## 【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/1tSkqacxMp8aPhWVA>
- 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、中をきれいにし廊下等にお出ください。

## 【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 5,500円(1個当たり550円) ※現金売りは590円

※新しいチケットは、1月6日から販売します。旧チケットは1月6日以降は現金30円を加えてご使用ください。

## テイクアウト(福利厚生センター購買前)

弁当  
¥480・500他

(月～水) アジフライ&豚野菜炒め 鶏カツ玉子あん丼 豚生姜焼き丼 のり弁当  
ロース豚カツ&茄子味噌 鶏醤油揚げ&八宝菜 豆腐ハンバーグ 味噌炒め&鯉カツ 酢鶏

丼・炒飯 他  
¥370・480他

茄子ミートドリア 豚カツ玉子あん丼 豚生姜焼き丼 のり弁当  
炒飯コンボ 菜の花ビビンバ とり天あんかけ 若鶏醤油揚げ

サラダ 他 ¥120

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