

# 府庁生協\*職員食堂 グリーンスポット

1月5日（月）～1月9日（金）



あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願ひいたします。

1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
5 (月)	炒飯セット 805kcal	白身フライ・チキンカツチリ玉ソース ¥392	ハンバーグ ペッパーソース ¥297	ひつまぶし 茶漬け 中:¥825 小:¥583	(ラーメン) 背脂醤油 ラーメン ¥550	(小鉢 他) 巣ごもり玉子・揚げ出し豆腐・さっぱり揚げ出し茄子・モロヘイヤおくら・ほうれん草胡麻ナムル・ブロッコリーナツツ・温泉玉子他 ¥99/140他
6 (火)	鶏唐揚げ 野菜あん 556kcal	豚しそ チーズカツ ¥390	ねぎ塩ハンバーグ ¥310	本格麻婆丼 中:¥690 小:¥490	味噌ラーメン ¥462	(うどん・そば) カレーあん うどん・そば ¥440
7 (水)	鰯天ぷら 中華だれ 526kcal	ゆず塩ちゃんこ ¥390	塩唐揚げ ¥535	鶏づくし丼 中:¥740 小:¥473	(うどん・そば定番) かけ・きつね・ かき揚げ	サラダバー ¥300/150
8 (木)	チキンカツ 麻婆ソース 430kcal	おでん ¥460	ポークシチュー ¥370	マグロユッケ 丼 M:¥800 S:¥616	トッピングOK	豚汁・味噌汁
9 (金)	豚大根煮 399kcal	チキン香草焼き ¥400	唐揚げねぎ塩 チャプチエ ¥400	塩だれカツ丼 中:¥660 小:¥455	カレー	ロースカツ カレー 中:¥721
					スマートフォン PC	カレーライス 中:¥545

※表示は 組合員価格(税込)です(一般価格は10%増します)

※入口のメニューにカロリーや栄養素を表示しています

1月	配達弁当 職場へお届けします
5 (月)	予約制 海老チリソース そぼろきんぴら・ギョーザあんかけ ねぎ玉子・ブロッコリーゴマ和 kcal 454 野菜g 55 塩分g 2.0
6 (火)	鰯天明太マヨ 焼壳・ローストチキン柚子胡椒ソース 10品目根菜サラダ・野沢菜 kcal 469 野菜g 36 塩分g 2.2
7 (水)	鯖塩焼き わかさぎフリッター・チキンゆず味噌かけ 法蓮草ごま和え・小松菜切干わさび和え kcal 473 野菜g 31 塩分g 1.5
8 (木)	【管理栄養士考案】唐揚げ塩麹だれ 野菜ハンバーグ・蒸鶏小松菜塩レモン和 野沢菜漬け kcal 552 野菜g 59 塩分g 2.9
9 (金)	玉ねぎミンチカツ 鶏トマト煮・オムレツ 蒸鶏枝豆ひじき kcal 765 野菜g 55 塩分g 2.3

### 【ご注文】

スマホ・PCで注文できます

スマホ  
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) [ficho.syokudo@univ.coop](mailto:ficho.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。

※容器は再生プラスチック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 5,500円(1個当たり550円) ※現金売りは590円

### 【お願い】

年始(1/5)の注文は食材準備の都合上、予約制とさせていただきます。  
ただし、12月19日(金)までにご予約いただいているが、  
当日の追加・キャンセルは受付ます。

## テイクアウト(福利厚生センター購買前)

(月～水)	
弁 当 ¥600	唐揚&春巻弁 バランス鶏オイスター炒め弁 ササミチーズ&野菜炒弁 豚生姜炒め弁 おろしバーグ&白身魚弁
弁・炒飯 他 ¥600他	茄子ミートドリア 鶏づくし丼 かき揚げ丼 中華カツ炒飯 肉じゃがコロッケ
サラダ他 ¥120	コーンツナサラダ
	※お茶も販売しています

### (木・金)

アジフライ&豚野菜炒弁 鮭味噌煮弁  
チキンカツカレータルタル弁  
ロース豚カツ&茄子味噌弁



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://ficho.u-coop.net/>

府庁生協

検索

スマートフォン



府庁生協食堂課

TEL075-432-5055 内線6113

Mail : [ficho.syokudo@univ.coop](mailto:ficho.syokudo@univ.coop)