

# 府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

2月16日（月）～2月20（金）



お昼は明るく暖かい生協食堂をご利用ください！ 赤字は新メニュー

2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
16 (月)	シチューードバーグ 431kcal	黒毛和牛 ミンチカツ ¥415	タイピーエン ¥338	和風カツ丼 中:¥660 小:¥418	(ラーメン) 蒸し鶏胡麻味 増 ラーメン	(小鉢 他) 揚げ出し豆腐・さっぱり 揚げ出し茄子・春巻き・ ほうれん草胡麻ナムル・温 泉玉子・ブロッコリー ナツツ 他 ¥99/115 他
17 (火)	鶏の生姜 あんかけ 527kcal	豚天甘酢 ¥350	唐揚げねぎ塩 チャプチャ ¥400	温玉ねぎとろ 丼 中:¥775 小:¥580	(うどん・そば) そぼろあんかけ うどん・そば ¥440	(うどん・そば定番) かけ・きつね・ かき揚・黄そば
18 (水)	鰯天ぷら 中華たれ 526kcal	ゆず塩ちゃんこ ¥390	チキンカツ ポン酢おろし ¥375	豚焼肉玉子丼 中:¥650 小:¥418	サラダバー ¥150	トッピングOK
19 (木)	よだれ鶏風 553kcal	ローストンカツ おろしソース ¥400	たらフライ オーロラソース ¥555	本格麻婆丼 中:¥690 小:¥490	カレー	ロースカツ カレー 中:¥721
20 (金)	鶏の天ぷら 711kcal	鰯南蛮漬け ¥370	照りタル ハンバーグ ¥330	トンカツ茶漬 け丼 中:¥506 小:¥418	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

2月	配達弁当 職場へお届けします
16 (月)	鶏唐黒酢あん 法蓮草和え物・玉子焼 海老クリーミーコロッケ kcal 734 野菜g 59 塩分g 3.0
17 (火)	【管理栄養士考案メニュー】チキン山椒だれ 枝豆ツナコールスローサラダ・麻婆白菜 茄子の梅しそ和え・しば漬け kcal 606 野菜g 97 塩分g 2.6
18 (水)	豚天甘酢あん 蒸鶏オクラマスタード和え さつま芋サラダ・玉子焼・しば漬け kcal 535 野菜g 51 塩分g 2.0
19 (木)	チキンカツ 法蓮草ひじき・玉子焼・スパサラ 黒糖黒酢肉団子・きんぴらごぼう kcal 557 野菜g 31 塩分g 2.6
20 (金)	豚カツソース入り 肉団子トマト煮・オムレツ・マカサラ 小松菜千切りナムル kcal 521 野菜g 75 塩分g 2.2

◆紹介者様に、被紹介者(10枚づりの弁当チケット1冊(5500円)購入者)1人につき お弁当チケット1枚プレゼント

◆被紹介者様(10枚づりの弁当チケット1冊(5500円)購入者)に お弁当チケット1枚プレゼント

◆お申込みは、HP又は職場回覧のチラシで

実施期間  
2月9日～20日  
※先着100枚限り

スマホ  
【ご注文】 スマホ・PCで注文できます (机に貼って)  
PC  
本庁 ①フォームで注文(10:20まで) <https://forms.gle/1tSkqqcxMp8aPhWVA>  
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  
※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。

第3号館地下スペースでテイクアウト販売中！

## 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 塩だれカツ丼 チキン南蛮丼 中華カツ炒飯 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

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



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

スマホ→

府庁生協食堂課  
TEL075-432-5055 内線6113  
Mail : ficho.syokudo@univ.coop