

府庁生協*職員食堂 グリーンスポット

3月2日(月)~3月6日(金)



福利厚生センター 1階

3月からメニュー大幅改変! 赤字は新メニューorリニューアル

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
2 (月)	チキンカツ 麻婆ソース 430kcal	 和風煮込 ハンバーグ 温玉のせ ¥400	豆腐チゲ ¥313	塩だれカツ丼 中: ¥660 小: ¥455	(ラーメン) 鶏白湯 ラーメン ¥550	(小鉢 他) 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 ピーナッツ 他 ¥99/115 他
3 (火)	豚大根煮 399kcal	 豚しそ チーズカツ ¥390	ハンバーグ おろしソース ¥297	ねぎとろ丼 中: ¥775 小: ¥550	味噌ラーメン ¥462	
4 (水)	海老カツ 436kcal	 鶏中華煮 ¥363	ロースカツ 玉子あんかけ ¥400	豚焼肉玉子丼 中: ¥650 小: ¥418	(うどん・そば) 温玉ぶっかけ うどん・そば ¥473	
5 (木)	青椒肉絲 366kcal	 鯖塩麹焼き ¥380	桜姫鶏 チーズメンチ トマトソース ¥370	チキン竜田丼 中: ¥780 小: ¥592	(うどん・そば定番) かけ・ぎつね・ かき揚げ トッピングOK	サラダバー ¥150 豚汁 味噌汁
6 (金)	鯖味噌煮 &天ぷら kcal	 ローストチキン おろしソース ¥430	豚肉生姜焼き ¥330	本格麻婆丼 中: ¥690 小: ¥490	カレー	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

3月	配達弁当 職場へお届けします	
2 (月)	鯛フライ梅しそ ブロッコリーとコーンサラダ・スパサラ チンゲン菜がゆ・煮・玉子焼・野沢菜漬け	kcal 585 野菜g 71 塩分g 2.6
3 (火)	【管理栄養士企画】チキンカツ梅タルソース 鶏と緑黄色野菜ごま味噌炒め 法蓮草ひじき・蒸餃子・しば漬け	kcal 557 野菜g 88 塩分g 2.1
4 (水)	白身フライ 竹輪磯辺揚げ・金平牛蒡・煮物 玉子焼・のりかつおご飯・野沢菜	kcal 660 野菜g 39 塩分g 3.1
5 (木)	【管理栄養士企画】棒棒鶏 山椒香る豚塩麹炒め きくらげ蒸鶏中華	kcal 476 野菜g 85 塩分g 2.6
6 (金)	唐揚げカレーマリネ 豚肉根菜和風炒め 法蓮草蒸し鶏塩レモン和え・しば漬け	kcal 688 野菜g 100 塩分g 2.9

【ご注文】 スマホ・PCで注文できます (机に貼って)

本庁 ①フォームで注文 (10:20まで) <https://forms.gle/TtSkqcxMp8aPhWVA>
 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個あたり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。

特注弁当承ります
会議やミーティング、懇親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。900円~1500円程度



テイクアウト(福利厚生センター購買前)

弁当 ¥600	(月~水) アジフライ&豚野菜炒め 豚生姜炒め チキンカツカレータルタル ロース豚カツ&茄子味噌
丼・炒飯 他 ¥600他	茄子ミートドリア 唐揚げ麻婆炒飯 鶏づくし 茄子回鍋肉丼 肉じゃがコロッケ
サラダ他 ¥120	シーサラダ ※お茶も販売しています

第3号館地下スペースでテイクアウト販売中!

(木・金)	八宝菜&唐揚げ 鯖味噌煮 酢鶏 豆腐ハンバーグ 味噌炒め&鯉カツ
-------	--



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