

府庁生協*職員食堂 グリーンスポット

3月9日(月) ~ 3月13日(金)



福利厚生センター 地階

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
9 (月)	シチュードバーグ 431kcal	あじ梅しそフライ ¥338	ジュシー唐揚げ ¥470	チキンカツ南蛮丼 中: ¥650 小: ¥430	(ラーメン) 担々麺 ¥550	(小鉢 他) 胡瓜もやしナムル・プロック コリ玉子サラダ・ほうれん草胡麻あえ・モロヘイヤおくら・揚げ出し豆腐・巣こもり玉子 他 ¥99/115 他
10 (火)	酢鶏 577kcal	唐揚げねぎ塩チャブチ ¥400	豚肉チンジャオ黒胡椒炒め ¥330	ねぎとろ丼 中: ¥775 小: ¥550	とんこつラーメン ¥473	(うどん・そば) 海老天 うどん・そば ¥473
11 (水)	鶏唐揚げ野菜あん 556kcal	豆腐とアサリつま塩煮 ¥320	鮭チーズメンチハニーマスタード ¥350	豚塩カルピ丼 中: ¥710 小: ¥500	(うどん・そば定番) かけ・きつね・かき揚げ	サラダバー ¥150 豚汁 味噌汁
12 (木)	鶏と彩り野菜黒酢南蛮あん kcal (写真なし)	ローストチキン トマトガーリック ¥460	塩だれハンバーグ ¥297	唐揚げ麻婆丼 中: ¥705 小: ¥440	トッピングOK	
13 (金)	フライドチキンカツオタルタル 500kcal	淡路産玉ねぎメンチカツ ¥286	おでん ¥460	とんかつ茶漬け丼 中: ¥528 小: ¥440	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	
9 (月)	豚カツ玉子あん 蒸鶏柚子胡椒ポン酢・焼野菜ハニーマスタード・リース カニカマ・ツナ・マヨ・野沢菜	kcal 394 野菜g 92 塩分g 1.8
10 (火)	白身魚フライオニオンソース ひじき煮・10品目入り根菜サラダ 玉子焼・しば漬	kcal 574 野菜g 59 塩分g 2.6
11 (水)	ハンバーグ油淋ソース 鶏塩唐揚げ・焼そば・玉子焼	kcal 558 野菜g 37 塩分g 2.6
12 (木)	味噌とんかつ・鶏ちゃん焼 玉子焼・ホリタツパ・野沢菜漬	kcal 589 野菜g 51 塩分g 2.3
13 (金)	豚肉春雨さっぱり炒め きのこ揚げピリ辛和え・鶏唐揚げ・玉子焼	kcal 495 野菜g 35 塩分g 2.1

【ご注文】 スマホ・PCで注文できます (机に貼って)

スマホ → (机に貼って)

PC ↓ <https://forms.gle/TtSkqcxMp8aPhWVA>

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。

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) 唐揚げ&春巻弁当 ササミチーズ&野菜炒め弁当 おろしバーグ&白身魚弁当 豚生姜炒め弁当 バランス鶏オイスター炒め弁当
丼・炒飯 他 ¥600他	茄子ミートドリア チョレギ鶏醤油揚げ丼 鶏天明太マヨ丼 中華カツ炒飯 ミニコロッケ海苔丼 若鶏醤油揚げ
サラダ他 ¥120	ポテト野菜サラダ ※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)
アジフライ&豚野菜炒め弁当 チキンカツカレータルタル弁当
ロース豚カツ&茄子味噌汁 Tandorīチキン弁当

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



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