

# 府庁生協\*職員食堂 グリーンスポット

4月13日(月)~4月17日(金)



福利厚生センター 地階

**メニュー改変に伴い [値下げ] しています! ごはんも [値下げ]!**

4月	セット食(ランチ/定食) (みそ汁付) ¥497+ライス価格	単品①	単品②	丼	麺類	小鉢 その他
13 (月)	天ぷら小そば 579kcal	唐揚げねぎ塩 ソースチャブチェ ¥400	ハンバーグ ガーリックオニオン ¥297	チキン竜田丼 中: ¥699 小: ¥545	(ラーメン) とんこつ醤油 ラーメン ¥556	(小鉢 他) 春巻・巣ごもり 玉子・揚げ 出し豆腐・鶏 枝豆たんぱく 和え・ほうれ ん草鶏わさび 和え・フロッ コリピーナツ ツ・おから彩 りサラダ 他 ¥99/115 他
14 (火)	シチュード バーグ 431kcal	ジューシー鶏カ ツオオーロラソ ス ¥460	白身フライタル タルソース ¥312	麻婆茄子丼 中: ¥619 小: ¥455	塩ラーメン ¥473	(うどん・そば) 肉 うどん・そば ¥473
15 (水)	酢鶏 577kcal	ローストチキン トマトガーリック ¥460	豚肉チンジャオ 黒胡椒炒め ¥312	ねぎとろ丼 中: ¥699 小: ¥545	(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
16 (木)	鯖と彩り野菜 黒酢南蛮あん 501kcal	餃子野菜あんか け ¥300	チキン南蛮 ¥399	塩だれカツ丼 中: ¥619 小: ¥455	トッピングOK	
17 (金)	ほっけ塩焼き kcal	ビーフメンチカ ツデミソース ¥341	豚塩ちゃんこ ¥312	豚カツ茶漬け 丼 中: ¥528 小: ¥446	カレー	カレーライス 中: ¥480

\*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

**赤字は新メニュー**

4月	配達弁当 職場へお届けします	
13 (月)	【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・玉子焼・しば漬け	kcal 586 野菜g 63 塩分g 3.2
14 (火)	鯛フライ梅しそ ブロッコリーとコーンサラダ・スパサラ チンゲン菜おろし煮・玉子焼・野沢菜漬け	kcal 585 野菜g 71 塩分g 2.6
15 (水)	唐揚げ香味ソース 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 611 野菜g 88 塩分g 2.9
16 (木)	チキンカツ麻婆ソース 蒸し鶏オクラ柚子胡椒・玉子焼 法蓮草チャブチェ・人参ふわふわエッグ	kcal 484 野菜g 50 塩分g 2.5
17 (金)	油淋鶏 豚野菜うま塩炒め・蓮根ツナマヨ和え 玉子焼	kcal 600 野菜g 82 塩分g 2.2

**【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/TtSkqacxMp8aPhWVA>  
 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。

**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 チーズダッカルビ 丼 チキンカツカレータルタル 丼 ロース豚カツ&茄子味噌 丼
丼・炒飯 他 ¥600他	(木・金) 八宝菜&唐揚げ 鯖味噌煮 丼 酢鶏 丼 豆腐ハンバーグ 丼 味噌炒め&鯉カツ 丼
サラダ他 ¥120	塩だれカツ 丼 豚焼肉 丼 ミニ炒飯唐揚げ 丼 牛肉コロッケ わかめ玉子サラダ ※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!**

# 食堂 値下げ！ 3/30～

## ごはん 値下げ！

税込み販売価格です

(3月30日から)

小	▲11	→	174	円
中	▲23	→	234	円
大	▲30	→	341	円

※組合員価格です(一般価格は10%増)

## カレー 値下げ！

税込み販売価格です

(3月30日から)

カツ	中	▲31	→	690	円
カレー	小	▲22	→	490	円
カレー	中	▲65	→	480	円
ライス	小	▲25	→	325	円

※それぞれ「大」も大幅に値下げします

※組合員価格です(一般価格は10%増)

**丼** 新メニューやリニューアルに合わせて**値下げ**

**単品** 新メニューやリニューアルに合わせて**値下げ**+**ごはん値下げ**

**セット食** **ごはん値下げ**

セット食も新メニューやリニューアルあります

生協  
食堂