

# 府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

10月5日（月）～10月9日（金）



福利厚生センター  
階

お昼は明るく涼しい生協食堂をご利用ください！

※赤字は新メニュー

| 10月      | セット食(ランチ/定食)<br>(みそ汁付) ¥497+ライス価格 |  | 単品①                     | 単品②                      | 丼                                  | 麺類                                | 小鉢<br>その他                                                                                                                    |
|----------|-----------------------------------|--|-------------------------|--------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5<br>(月) | 塩だれカツ<br>545kcal                  |  | 鶏唐チリソース<br>炒め<br>¥385   | 鯖生姜煮<br>¥305             | 豚塩カルビ丼<br>中: ¥619<br>小: ¥455       | (ラーメン)<br>濃厚煮干し<br>ラーメン<br>¥550   | (小鉢 他)<br>すき焼きコ<br>ロッケ・揚げ<br>出し豆腐・モ<br>ロヘイヤおく<br>ら・ほうれん<br>草胡麻ナム<br>ル・プロッコ<br>リピーナッ<br>ツ・春雨チャ<br>プチェ・温泉<br>玉子 他<br>¥99/132 他 |
| 6<br>(火) | 鶏塩麴柚子胡椒<br>炒め<br>577kcal          |  | 豚しそチーズ<br>カツ<br>¥385    | タイピーエン<br>¥385           | 海鮮丼<br>中: ¥699<br>小: ¥495          | 醤油ラーメン<br>¥473                    |                                                                                                                              |
| 7<br>(水) | 鶏大根煮<br>468kcal                   |  | ロースカツ<br>おろしポン酢<br>¥385 | 豚肉チンジャオ<br>黒胡椒炒め<br>¥345 | 甘辛チキンカ<br>ツ丼<br>中: ¥581<br>小: ¥440 | (うどん・そば)<br>とり天<br>うどん・そば<br>¥473 |                                                                                                                              |
| 8<br>(木) | 天ぷら<br>小うどん<br>542kcal            |  | 鶏と野菜の<br>トマト煮込み<br>¥385 | 豆腐ハンバーグ<br>茸あん<br>¥385   | チキンケバブ<br>丼<br>中: ¥641<br>小: ¥545  | (うどん・そば定番)<br>かけ・きつね<br>・かき揚げ     | 豚汁<br>味噌汁                                                                                                                    |
| 9<br>(金) | 鶏の天ぷら<br>711kcal                  |  | 胡麻だれ<br>ハンバーグ<br>¥305   | 豚肉春雨さっぱ<br>り炒め<br>¥385   | トンカツ茶漬<br>け丼<br>中: ¥528<br>小: ¥440 | カレー<br>ロースカツ<br>カレー<br>中: ¥690    | カレーライス<br>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

※サラダバーは先週で一旦終了しました

| 10月      | 配達弁当 職場へお届けします                                                  |                               |
|----------|-----------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| 5<br>(月) | 【新メニュー】唐揚げ甘醤油マヨ<br>麻婆野菜炒め・鶏とオクラ柚子胡椒和え<br>玉子焼・しば漬                | kcal 776<br>野菜g 77<br>塩分g 3.6 |
| 6<br>(火) | 【新メニュー】アジフライ<br>ブロッコリー人参ごまサラダ・塩焼きそば<br>玉子焼                      | kcal 524<br>野菜g 38<br>塩分g 1.6 |
| 7<br>(水) | 【新メニュー】鶏天ぷら<br>ツナいんげんカレー和え・パンプキンサラダ<br>玉子焼・野沢菜                  | kcal 555<br>野菜g 44<br>塩分g 2.4 |
| 8<br>(木) | 【新メニュー】海老カツタルタル<br>法蓮草ひじき煮・玉子焼・蒸焼売<br>スパサラ・しば漬                  | kcal 525<br>野菜g 59<br>塩分g 2.5 |
| 9<br>(金) | 【新メニュー】ささみチーズカツさっぱりタルタル<br>蒸鶏わかめ生姜ポン酢・蒸ギョーザ<br>やみつぎキャベツ・玉子焼・しば漬 | kcal 557<br>野菜g 49<br>塩分g 2.2 |

## 【ご注文】

スマホ・PCで注文できます

スマホ→  
(机に貼って)



PC↓

## 【本庁】

①フォームで注文 (10:20まで)

<https://forms.gle/1tSkqgcxMp8aPhWVA>

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 6,000円(1個当たり600円) ※現金売りは650円

## 【配達弁当の価格改定について(10月5日から)】

食材・物流・エネルギー・人件費等の高騰で、配達弁当の価格維持が困難となり、誠に恐縮ですが10月5日から50円(現金売60円)値上げさせていただきます。ご理解の程お願い申し上げます。

10月5日からチケット10枚綴り6000円、現金売1個650円

※新しいチケットは、10月5日から販売します。旧チケットは10月5日以降は現金50円を加えてご使用ください。

## テイクアウト(福利厚生センター購買前)

|    | (月～水)                                                         | (木・金)                                   |
|----|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|
| 弁当 | アジフライ&豚野菜炒め 豚生姜炒め<br>チキンカツカレータルタル 鶏の天ぷら<br>ロース豚カツ&茄子味噌 鶏チキン南蛮 | 八宝菜&唐揚げ 味噌炒め&鯉カツ<br>豚チンジャオ炒め 鯖味噌煮<br>酢鶏 |

丼・炒飯 他 ¥600他  
ミニ炒飯唐揚げ 鶏づくし かつ揚げ 鶏チキン南蛮  
ミニサラダ

サラダ他 ¥100 ※お茶も販売しています

テイクアウトは第3号館地下スペースでも販売しています



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](mailto:fucho.syokudo@univ.coop)