府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

11月16日（月）～11月20日（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「北海道フェア」後半**

11月	セット食（ランチ/定食）（みそ汁付）¥497＋ライス価格	単品	北海道フェア（単品）	北海道フェア（丼）	麺類	小鉢 その他
16（月）	鯖竜田 柚子胡椒 kcal	鮭チーズメンチ ハニーマスタード ¥345			（ラーメン） 札幌味噌ラーメン ¥550	（小鉢 他） 今金男爵コロッケ・巣ごもりコーン・揚げ出し豆腐・蒸し鶏おくら和風和え・ほうれん草胡麻ナムル・ブロッコリピーナッツ・モロヘイヤおくら 他 ¥99/132 他
17（火）	鯖南蛮漬け 白だし豚汁 269kcal	ハンバーグ デミソース ¥305			野菜あんかけラーメン ¥550	
18（水）	回鍋肉 403kcal	豚塩ちゃんこ ¥345	鶏ザンギ ¥400		（うどん・そば） とり天うどん・そば ¥473	レアチーズケーキ
19（木）	鯖と彩り野菜 黒南蛮あん 501kcal	ロースカツ おろしポン酢 ¥385		2種のサーモン丼 中：¥699 小：¥600	（うどん・そば定番） かけ・きつね・かき揚	豚汁/味噌汁
20（金）	豚大根煮 399kcal	アジ大葉フライ 梅タルソース ¥385				

カレー

ロースカツカレー 中：¥690　　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

11月 配達弁当 職場へお届けします

11月		kcal	野菜g	塩分g
16（月）	【管理栄養士企画】鶏肉れんこん塩炒め 海老寄せフライあさり法蓮草鉄分たっぷり和 メンマ蒸鶏中華和・しば漬	407	72	2.5
17（火）	【北海道フェア】鶏ザンギ・今金男爵コロッケ ブロッコリー彩サラダ・ナポリタンスパ 玉子焼・しば漬	625	46	2.5
18（水）	豚味噌炒め 煮物・千切り大根・法蓮草浸し	520	152	2.1
19（木）	【管理栄養士考案】棒々鶏・山椒香る豚塩麹炒め 牛肉コロッケ・春雨中華サラダ	560	65	2.5
20（金）	【管理栄養士考案】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	586	63	3.2

【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/1tSkqqcxMp8aPhWVA
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
※旧のチケット(550円)は10月5日以降は現金50円を加えてご使用ください。
※10枚全部未使用の旧チケット(5500円)は現金500円で新チケットと交換します。

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）

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

	（月～水）	（木、金）
弁当 ¥600	鶏竜田弁　バランス鶏オイスター炒め弁 唐揚＆春巻弁　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	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　チキン南蛮弁 鶏の天ぷら弁　タンドリーチキン弁
丼・炒飯 他 ¥600他	炭火焼き豚トロ丼　茄子ミートドリア　塩だれカツ丼 ミニ蒸し鶏ビビンバ丼　ミニ炒飯唐揚げ丼	
サラダ 他 ¥100	ミニサラダ	※お茶も販売しています



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