府庁生協＊職員食堂 グリーンスポット

11月9日（月）～11月13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」前半**

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）
9（月）	しまほっけ塩焼き 250kcal 	鶏肉ガリバタ醤油炒め ¥385		
10（火）	おでん kcal 	豚しそチーズカツ ¥385		
11（水）	海老カツ・鶏唐南蛮 kcal	豚チンジャオ黒胡椒炒め ¥345	チーズインハンバーグステーキソース ¥345	
12（木）	鯖味噌煮・天ぷら kcal 	豚味噌煮 ¥345		
13（金）	鶏唐揚げ野菜あん 556kcal 	白身フライチリ玉ソース ¥345		炭火焼豚トロ丼 中：¥583 小：¥495

麺類	小鉢 その他
（ラーメン） 貝出汁塩チャーシュー麺 ¥550 醤油ラーメン ¥473 （うどん・そば） 肉うどん・そば ¥473 （うどん・そば定番） かけ・きつね・かき揚	（小鉢 他） コーンクリームコロッケ・蒸し鶏ブロッコリのバター醤油・揚げ出し豆腐・モロヘイヤおくら・ほうれん草胡麻ナムル・温泉玉子 他 ¥99/132 他 イタリアンプリン 豚汁/味噌汁

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	kcal / 野菜g / 塩分g
9（月）	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・しば漬け	574 / 59 / 2.6
10（火）	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	495 / 35 / 2.0
11（水）	【管理栄養士メニュー】唐揚げ塩麹だれ 野菜ハンバーグ・蒸鶏小松菜塩レモン和え 野沢菜漬け	556 / 73 / 3.0
12（木）	【北海道フェア】チーズインハンバーグ 蒸し鶏とブロッコリーのバター醤油 コーンクリームコロッケ・玉子焼・しば漬	564 / 45 / 2.8
13（金）	茄子味噌そぼろ チキンカツソースあんかけ・玉子焼 オクラ胡麻和え・豆たっぷりサラダ	619 / 81 / 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
- 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。

【配達弁当の価格改定について】
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した。ご理解の程お願い申し上げます。

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	鶏ザンギ弁　鮭チーズメンチハニーマスタード弁	鶏ザンギ弁　味噌炒め＆鰹カツ弁
	アジフライ＆豚野菜炒弁　ロース豚カツ＆茄子味噌弁	八宝菜＆唐揚弁　チーズダッカルビ弁
	チキンカツカレータルタル弁	酢鶏弁　豚チンジャオ炒め弁
丼・炒飯 他 ¥600他	茄子ミートドリア　唐揚げ麻婆炒飯　チョレギ鶏醤油揚げ丼	
	鶏天明太マヨ丼　ミニコロッケのり弁	
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