




駒込カフェテリア 週間メニュー表



16、17日はお弁当販売のみの営業です。
事前の申し込みをお願いいたします。



		12月15日 (月)					12月16日 (火)					<div>12月17日 (水)</div>					12月18日 (木)					12月19日 (金)							
A 定食 ¥430	主菜	★ソースかつ丼					<div>弁当販売のみ</div> ★あんかけ焼きそば弁当 ¥380 ★ノーマルカレー弁当 (サラダ付き) ¥380 事前の申し込みを お願いいたします					主菜	★フライドチキン					主菜	★シーフードドリア					主菜	★ハンバーグ デミグラスソース				
	小鉢①	★わかめときゅうりの酢の物										小鉢①	★じゃがいもとベーコンの洋風煮					小鉢①	★ブロコッリーのバター醤油炒め					小鉢①	★キャベツのクリーム煮				
	汁	★白菜と麩の味噌汁										小鉢②	★小松菜ともやしのピーナッツ和え					汁	★きのこの洋風スープ					汁	豆腐となめこの味噌汁				
	マスカットゼリー					胚芽米・葉酸米ごはん						ぶどうゼリー					胚芽米・葉酸米ごはん												
	栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)			
	717	27.1	21.3	90.1	3.5	661	30.5	18.9	84.5	2.2	629	19.9	19.2	88.2	3.1	706	27.2	24.8	81.6	3.0									
PFC比率		15.1	26.7	58.1			18.5	25.7	55.8			12.7	27.5	59.9			15.4	31.6	53.0										
4群	1	2	3	4	total	1	2	3	4	total	1	2	3	4	total	1	2	3	4	total	1	2	3	4	total				
	0.0	3.9	0.2	4.8	8.9	0.3	2.9	0.5	4.3	8.0	0.2	2.9	0.8	4.8	8.7														
小鉢②	筑前煮					<div>☆お弁当(定食・カレー) のみの販売となります。</div> 下のQRコードから事前のお申込みを お願いいたします。					白菜とツナのしそサラダ					★ポテトサラダ													
栄養価	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)						エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)				
	76	2.7	1.2	6.5	0.8	51	2.4	2.7	2.3	0.7	111	1.2	6.8	9.7	0.5														

A定食の小鉢は選択可能です。①か②のうちお好みのものをお選びください。

アラカルト					
¥380	栄養価				

★カレー(ミニサラダ付き) ¥380 エネルギー:548kcal たんぱく質:10.6g 脂質:14.9g 食塩相当量:3.4g

気軽に声がけください!!



◇ 令和5年1月から食品成分表八訂を用いて栄養価を算出しています。

◇ ご飯の量は調節可能です。多め・少なめ等対応いたします。

◇ カフェテリアでの食事は1日のうちの1食です。過不足はほかの食事で調整するよう心がけましょう。

◇ ★のついているものは、法令で規定するアレルギー物質
(卵・乳・小麦・エビ・カニ・そば・落花生・くるみ)を使用したメニューです。

これらの物質に対する感受性には個人差があり、微量でも発症することがありますので、
アレルギー症状が出る方は専門医にご相談の上ご自身でご判断いただきたくお願いいたします。

◇ 仕入れの状況により、メニューが変更になる場合があります。ご了承ください。

カフェテリアご利用の際の注意事項

◇ 食券購入後、必ず手洗い・手指の消毒をお願いいたします。



◇ お食事前に外したマスクは、テーブルの上に直接置かないでください。

皆さまが快適なランチタイムを過ごせるよう、ご理解・ご協力をお願いいたします。



Instagram更新中!
日々の献立を写真付きで紹介していま

