

駒込カフェテリア 週間メニュー表



23日はお休みです。
24.26日はお弁当のみの営業となります。
25日は入試のため教職員のみご利用可能です。



	2月23日 (月)	2月24日 (火)	2月25日 (水)	2月26日 (木)	2月27日 (金)
A 定食 ¥430	お休み	★豆腐ハンバーグドリア・ ブロッコリーのおかか和え : ¥430 ★ノーマルカレー: ¥380 ※お弁当のみ	主菜 豚肉のねぎ塩焼き	★ビーフストロガノフ: ¥380 (ミニサラダ付き) ※お弁当のみ	主菜 めばるの生姜風味あんかけ
			小鉢① ★じゃがいもとほうれん草のソテー		小鉢① ★人参しりしり
			汁 もやしの味噌汁 胚芽米・葉酸米ごはん		汁 キャベツの味噌汁 胚芽米・葉酸米ごはん
			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)
栄養価			620 25.8 14.1 76.6 3.1	522 23.3 10.5 69.0 3.0	
PFC比率			16.6 20.5 62.9	17.9 18.1 64.0	
4群			1 2 3 4 total	1 2 3 4 total	
小鉢②			0.5 1.7 0.3 5.0 7.5	0.2 1.5 0.7 4.0 6.4	
栄養価			★マカロニサラダ	白菜のなめこおかかかえ	
			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)	
			95 3.6 1.9 9.2 0.7	31 0.8 1.8 1.0 0.4	

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。

麺 ¥380 栄養価	 Instagram更新中! 日々の献立を写真付きで紹介しています	 

★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

気軽にお声がけください!!

◇ 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。