

	11月24日 (月)				11月25日 (火)				11月26日 (水)				11月27日 (木)				11月28日 (金)			
	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)
スペシャルメニュー					はかた地どりの山賊揚げ 福岡県産: はかた地どり、水菜				はかた地どりの山賊揚げ 福岡県産: はかた地どり、水菜				糸島豚のヒレカツ 福岡県産 糸島豚ヒレ、水菜、サニーレタス				糸島豚のヒレカツ 福岡県産 糸島豚ヒレ、水菜、サニーレタス			
900円					801	33.5	82.3	3.8	801	33.5	82.3	3.8	803	37.3	100.1	5.1	803	37.3	100.1	5.1
健康定食 A					サゴシのポテマヨ焼き 				赤魚のゆず醤油焼き 				チキンチリソース煮 				豆腐ハンバーグ (おろしソース) 			
700円					557	25.5	49.7	2.8	646	26.2	52.8	2	709	24.8	85.6	2.9	639	22.6	108.1	2.7
健康定食 B					★福岡女子大学コラボメニュー 巻かないキンパ丼 (金光さん、境さん、田口さん、永田さん)				豚肉のチンジャオロース				かた焼きそば				★福岡女子大学コラボメニュー 鶏肉と野菜のクリーム煮 (大石さん、近藤さん、中里さん、中原さん)			
700円					529	20.2	95.5	3.4	898	24.7	91.5	4.7	609	21.5	69	5.8	609	30.6	96.9	3
定食 C					カジキマグロフライ ～タルタルソース～ 福岡県産: 水菜				ソースエビカツ丼				オムライス				ローストビーフ丼			
					900円				900円				800円				900円			
					836	32.8	135.1	3	724	21.4	118.4	4	841	27.6	97.1	3.4	653	38.6	105.5	5.1
カレー					カシ米尔ビーフカレー				カツカレー				グリーンカレー				ソーセージカレー			
700～800円					849	21.9	96.2	3	901	26.1	100.5	3	762	27.5	92.2	2.2	644	15.2	100.7	3.6
麺					月見とろろぶっかけ うどん・そば				四川風ごま味ラーメン				釜玉風うどん・そば				タンメン			
650円					401	14.2	77.2	2.5	573	20.2	83.6	8.6	386	14	67.5	2.2	673	21.5	85.7	8.9
定番メニュー	●けんちょうカレー(650円) ●博多ラーメン(550円) ●唐揚げ・コロッケ(170円) ●わかめうどん(450円) 肉うどん(600円) ●わかめそば(480円) 肉そば(630円) ●いなり(180円) ●おにぎり(180円)																			

※提供レーンにより色分けしています。 定食 **カレー** **麺** メニューは食材の仕入れ状況により変更する場合があります。

※当食堂で提供する「TRY! スマソる?」メニューは、通常より塩分を(概ね3.0g未満に)控えた定食です。(選べる小鉢の塩分量については加算されておられません)

スマソる対象メニューにはスマソるの印を張り付けております。⇒

