

	4月6日 (月)				4月7日 (火)				4月8日 (水)				4月9日 (木)				4月10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)
スマソル定食	サゴシのポテトマヨネーズ焼き				鮭のレモンペッパー焼き				鰯の照り焼き				チキンのバジル風味焼 福岡県産:水菜				豆腐ハンバーグ (おろしソース)			
700円	557	25.5	49.7	2.8	636	27.1	73	2.9	555	26.2	72.2	2.7	683	37.1	66.8	2.8	639	22.6	108.1	2.7
健康定食 B	豚肉の生姜焼き 福岡県産:水菜				★福岡女子大学コラボメニュー ルーロー風チキン				麻婆豆腐				ロールキャベツグラタン				鶏肉のバンバンジーソース			
700円	756	22.7	88.3	3.4	698	38	68.6	4.2	625	5.7	59.8	3.5	549	19.7	68.7	4.8	732	30.5	82.2	3.3
地産地消定食	はかた地どりのクリームドリア 福岡県産:はかた地どり				むなかた鶏のチキン南蛮 福岡県産:むなかた鶏、水菜				はかた地どりのわさびマヨ焼き 福岡県産:はかた地どり、水菜				むなかた鶏 照り焼きサラダ 福岡県産:むなかた鶏、水菜				はかた地どりの 醤油糍焼き 福岡県産:はかた地どり、水菜			
	864	24	96.8	3.4	1104	39.3	105.5	4.8	821	33.6	90	5.3	922	16.8	82.7	4.0	873	37.6	91.9	3
定食 C	ヒレカツ 和風おろしぽん酢				華味鳥のチキンカツカレー (雑穀米) 福岡県産:水菜				ミックスグリル 福岡県産:水菜				うな井				ソースカツ丼			
	900円				900円				900円				900円				900円			
	899	30.4	111.8	2.7	943	31.3	101	3.2	1333	31.3	90.2	3.9	654	29.7	81.2	2.7	692	24.6	91.8	3.5
カレー	ビーフジャワカレー				グリーンカレー				えびカツカレー				カシミールビーフカレー				ソーセージカレー			
700~800円	712	16.5	103.6	1.9	762	27.5	92.2	2.2	684	15.7	113.1	3.1	849	21.9	96.2	3	644	15.2	100.7	3.6
麺	(温)なめこ梅おろしうどん・そば				四川風ごま味ラーメン				月見とろろぶっかけうどん・そば				味噌ラーメン				山菜おろしうどん			
650	360	9.9	77.1	6.4	573	20.2	83.6	8.6	401	14.2	77.2	2.5	630	26.1	87.7	9.6	354	9.9	76	5.4
定番メニュー	<ul style="list-style-type: none"> <li>●けんちょうカレー(650円) ●博多ラーメン(550円) ●唐揚げ・コロッケー(170円)</li> <li>●わかめうどん(450円) 肉うどん(600円)</li> <li>●わかめそば(480円) 肉そば(630円)</li> <li>●いなり(180円) ●おにぎり(180円)</li> </ul>																			

※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!スマソル?」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りません) スマソル対象メニューにはスマソルの印を張り付けておりま

