	11月23日 （月）				11月24日 （火）				11月25日 （水）				11月26日 （木）				11月27日 （金）			
	ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	ｴﾈﾙｷﾞｰ(kcal)	たんぱく質(g)	炭水化物(g)	塩分相当(g)	ｴﾈﾙｷﾞｰ(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									はかた地どりの柚子胡椒焼											
900円									688	36.9	75.4	3.2								
健康定食 A（スマソル定食）					鰤の照り焼き				サゴシのポテマヨ焼き				鯖の塩麹焼き				白身魚のカレームニエル 福岡県産：水菜			
700円					555	26.2	72.2	2.7	557	25.5	49.7	2.8	634	27.1	81.1	2.8	724	28.9	90	2.9
健康定食 B					★福岡女子大学コラボメニュー レモンチキンステーキ				豚肉のチンジャオロース				かた焼きそば				豚しゃぶ（おろしぽん酢）			
700円					742	33.4	79.1	3.9	898	24.7	91.5	4.7	609	21.5	69	5.8	669	24.5	87.4	3.7
地産地消定食					はかた地どりの油淋鶏 福岡県産：はかた地どり、水菜				糸島豚ヒレカツ 福岡県産 糸島豚ヒレ、水菜				むなかた鶏の トマトチーズグラタン				はかた地どりの 粒マスタード焼き 福岡県産：はかた地どり			
900円					982	40.1	72.8	4.1	803	37.3	100.1	5.1	802	41.7	72.5	3.8	973	39.7	90.3	3.6
定食 C					うな丼												華味鳥のチキンカツカレー （雑穀米） 福岡県産：水菜			
					900円												900円			
					654	29.7	81.2	2.7									943	31.3	101	3.2
カレー					ソーセージカレー				グリーンカレー				カツカレー				カシミールビーフカレー			
700～800円					644	15.2	100.7	3.6	762	27.5	92.2	2.2	901	26.1	100.5	3	849	21.9	96.2	3
麺					山菜おろしうどん・そば				台湾ラーメン				釜玉風うどん・そば				味噌ラーメン			
650					354	9.9	76	5.4	618	29.2	79.7	9.6	386	14	67.5	2.2	630	26.1	87.7	9.6
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もあります。

※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りません） スマソる対象メニューにはスマソる印を張り付けております