



# シグナスキッチン 夕食の弁当販売メニュー表

予約制 (2営業日前まで)

		おかずのみ 300円 【ごはん付 + 100円】		食品成分表 【おかずのみ】			
5月20日	月	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 肉詰めピーマン</li> <li>● 織キャベツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 梅肉和え</li> <li>● パンプキンサラダ</li> </ul>	kcal	たんぱく質	脂質	炭水化物
				402	18.5	20.5	36.0
5月21日	火	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 豆腐のまさご揚</li> <li>● 織キャベツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● かみかみサラダ</li> <li>● ジャガ芋とインゲンの煮物</li> </ul>	食物繊維	カルシウム	鉄	食塩相当量
				7.2	84	2.9	1.8
5月22日	水	<ul style="list-style-type: none"> <li>● イワシ胡麻風味焼</li> <li>● 織キャベツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● らっきよのマヨネーズ和え</li> <li>● 厚焼たまご</li> </ul>	kcal	たんぱく質	脂質	炭水化物
				423	22.6	22.1	32.4
5月23日	木	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ツナと豆腐のつくね焼</li> <li>● 織キャベツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● トマトときゅうりの南蛮酢和え</li> <li>● 大学芋</li> </ul>	食物繊維	カルシウム	鉄	食塩相当量
				4.1	199	3.4	1.6
5月24日	金	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 鮭の照焼</li> <li>● フリルレタス</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 人参のサラダ</li> <li>● 味噌煮込み</li> </ul>	kcal	たんぱく質	脂質	炭水化物
				326	21.2	21.0	12.8
5月23日	木	<ul style="list-style-type: none"> <li>● ツナと豆腐のつくね焼</li> <li>● 織キャベツ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● トマトときゅうりの南蛮酢和え</li> <li>● 大学芋</li> </ul>	食物繊維	カルシウム	鉄	食塩相当量
				2.4	124	3.1	1.8
5月24日	金	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 鮭の照焼</li> <li>● フリルレタス</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 人参のサラダ</li> <li>● 味噌煮込み</li> </ul>	kcal	たんぱく質	脂質	炭水化物
				504	21.4	22.9	53.0
5月24日	金	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 鮭の照焼</li> <li>● フリルレタス</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 人参のサラダ</li> <li>● 味噌煮込み</li> </ul>	食物繊維	カルシウム	鉄	食塩相当量
				4.0	227	2.6	1.8
5月24日	金	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 鮭の照焼</li> <li>● フリルレタス</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 人参のサラダ</li> <li>● 味噌煮込み</li> </ul>	kcal	たんぱく質	脂質	炭水化物
				234	21.9	5.6	23.9
5月24日	金	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 鮭の照焼</li> <li>● フリルレタス</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 人参のサラダ</li> <li>● 味噌煮込み</li> </ul>	食物繊維	カルシウム	鉄	食塩相当量
				2.9	57	1.2	1.2

- 夕食のパック販売は、予約制です。購入したい日の2営業日前までに、現金を添えて食堂カウンターで予約してください。
- お弁当は、16:00～17:00に食堂カウンターにて受取が原則ですが、それ以外の時間帯を希望の方は相談承ります。
- 諸事情により、予告なくメニューを変更する場合があります。悪しからず、ご了承くださいませ。
- 表示価格は税込価格です。