

然の膳 宮城県庁店 日替わりメニュー

日付	5月11日	5月12日	5月13日	5月14日	5月15日
	月	火	水	木	金

日替わりA定食

メイン	チキンソテー オニオンソース	揚げ団子の 甘酢あん	とんかつ おろしポン酢	豚肉と根菜の ごった煮	旨辛よだれ鶏
ご飯150g・味噌汁・ 漬物込み エネルギー・塩分	エネルギー:572kcal 塩分:2.9g タンパク質:28.3g	エネルギー:539kcal 塩分:3.7g タンパク質:15.7g	エネルギー:546kcal 塩分:3g タンパク質:17.8g	エネルギー:579kcal 塩分:3.1g タンパク質:15.1g	エネルギー:606kcal 塩分:5.9g タンパク質:29.3g

日替わりB定食

メイン	肉じゃが	ミートソース スパゲティ	鶏のチリソース煮	牛肉の 甘味噌炒め	豚バラと小松菜の チャプチェ風炒め
ご飯150g・味噌汁・ 漬物込み エネルギー・塩分	エネルギー:614kcal 塩分:3g タンパク質:16.1g	エネルギー:781kcal 塩分:4.7g タンパク質:22.8g	エネルギー:566kcal 塩分:3.3g タンパク質:26.9g	エネルギー:611kcal 塩分:2.5g タンパク質:16.3g	エネルギー:658kcal 塩分:4g タンパク質:16.5g

小鉢メニュー	お好きな小鉢ひとつ、香のものひとつをお選びください
--------	---------------------------