

Weekly Menu

～日本信号(株)宇都宮事業所～

なんかいいな、をプラスワン
Green House

Category	5月27日	Mon	5月28日	Tue	5月29日	Wed	5月30日	Thu	5月31日	Fri
定食 <small>主菜+選べる小鉢</small>	鶏とつくねの煮物 631kcal 食塩相当量 5.6g おかずのみ 228kcal 食塩相当量 4.1g	Healthy 豚肉の ゴマだれ焼き肉 579kcal 食塩相当量 3.3g おかずのみ 313kcal 食塩相当量 1.8g	肉じゃが 700kcal 食塩相当量 6.4g おかずのみ 297kcal 食塩相当量 4.9g	韓国風焼き魚 605kcal 食塩相当量 2.8g おかずのみ 202kcal 食塩相当量 1.3g	Healthy 海鮮八宝菜 425kcal 食塩相当量 3g おかずのみ 159kcal 食塩相当量 1.5g					
	おろしトンカツ 848kcal 食塩相当量 5.2g おかずのみ 445kcal 食塩相当量 3.7g	鶏天のしそ風味 956kcal 食塩相当量 4.3g おかずのみ 553kcal 食塩相当量 2.8g	Healthy タラの唐揚げ 香味醤油がけ 518kcal 食塩相当量 3.3g おかずのみ 252kcal 食塩相当量 1.8g	豚肉の 塩こうじから揚げ 820kcal 食塩相当量 2.7g おかずのみ 417kcal 食塩相当量 1.2g	油淋鶏 747kcal 食塩相当量 3.6g おかずのみ 344kcal 食塩相当量 2.1g					
選べる 小鉢 <small>(1品お選びください)</small>	インゲンと さつま揚げの金平 67kcal 食塩相当量 1.1g	焼きレンコンの青のりまぶし 61kcal 食塩相当量 0.3g	春雨の中華炒め 72kcal 食塩相当量 0.9g	切干大根のおかか炒め 47kcal 食塩相当量 0.5g	春巻き 158kcal 食塩相当量 0.6g					
	ブロッコリーのツナマヨネーズ 108kcal 食塩相当量 0.3g	小松菜ともやしのサラダ 36kcal 食塩相当量 0.8g	大根とひじきのサラダ 41kcal 食塩相当量 0.9g	キャベツと干エビのシーザー和え 37kcal 食塩相当量 0.4g	ホウレン草と油揚げのお浸し 33kcal 食塩相当量 0.5g					
	きのかまりネサラダ 24kcal 食塩相当量 0.3g	カニ風味サラダ 26kcal 食塩相当量 0.3g	マセドアンサラダ 69kcal 食塩相当量 0.7g	パリパリレンコンサラダ 26kcal 食塩相当量 0g	ゴボウサラダ 73kcal 食塩相当量 0.5g					
日替わりデザート										
ライスバラエティ & パスタ	カレーライス 535kcal 食塩相当量 2.9g	明太ピラフ 511kcal 食塩相当量 3g	麻辣麻婆豆腐飯 787kcal 食塩相当量 2.1g	山菜ときのこのスパゲティ 519kcal 食塩相当量 6g	ハンバーグカレーライス 821kcal 食塩相当量 7.9g					
麺類	月見うどん 430kcal 食塩相当量 7.5g	ラーメン (醤油) 471kcal 食塩相当量 7.9g	たぬきうどん 481kcal 食塩相当量 7.5g	蒸し鶏と海藻の塩ラーメン 477kcal 食塩相当量 9.4g	梅ごのみうどん 369kcal 食塩相当量 7.6g					
	月見そば 438kcal 食塩相当量 7g		たぬきそば 489kcal 食塩相当量 7g		梅ごのみそば 377kcal 食塩相当量 7.1g					
麺セット	日替わり麺 + 1品 (ご飯・選べる小鉢の中からお選びください。)									

※仕入れの都合によりメニューが変更になる場合がございます。

※ 定食の栄養価表示には、ご飯と味噌汁の栄養価も含まれています。

Healthy カロリー、食塩控えめメニューとなります。

豚肉を使用したメニューとなります。

酒 アルコールを使用したメニューです。(夜食は除く)