



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 380円 【ごはん付 + 120円】	食品成分表 【おかずのみ】			
10月27日	月	- 豚肉とピーマンのソース炒め - ひじきとチーズの和え物 - ごぼうとコーンのサラダ	kcal	たんぱく質	脂質	炭水化物
			361	20.3	20.0	26.4
			食物繊維	カルシウム	鉄	食塩相当量
			8.3	151	2.1	2.0
10月28日	火	- チキンソテーきのこソース - 海苔ポン酢和え - チンゲン菜の卵とじ	kcal	たんぱく質	脂質	炭水化物
			303	31.2	9.9	22.5
			食物繊維	カルシウム	鉄	食塩相当量
			4.2	173	3.1	2.2
10月29日	水	- サバカレー竜田揚げ - 中華和え - 繊維キャベツ - あけぼの煮	kcal	たんぱく質	脂質	炭水化物
			381	18.2	17.0	36.3
			食物繊維	カルシウム	鉄	食塩相当量
			2.7	42	1.8	1.5
10月30日	木	- 豚レモンねぎ焼 - じゃが芋の胡麻マヨ和え - 繊維キャベツ	kcal	たんぱく質	脂質	炭水化物
			337	20.6	19.1	21.2
			食物繊維	カルシウム	鉄	食塩相当量
			4.5	161	2.8	1.7
10月31日	金	- メンチカツ - おからサラダ - フリルレタス - 大学芋 - りんご	kcal	たんぱく質	脂質	炭水化物
			607	19.4	34.8	53.1
			食物繊維	カルシウム	鉄	食塩相当量
			7.5	92	2.2	1.0

- 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。