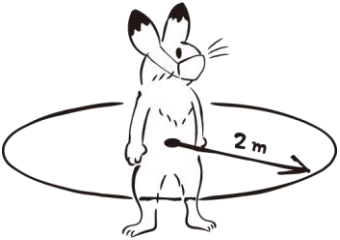


# LUNCH MENU

CAFE DINING  
NAKAJUKU

日替わりメニュー											
MENU	10月19日			10月20日		10月21日		10月22日		10月23日	
	月			火		水		木		金	
日替り定食A	カロリー	ササミ梅しそカツ	568kcal	牛肉とごぼう 黒ごま炒め	660kcal	さんまフライ	888kcal	豚肉とザーサイ 中華炒め	611kcal	サワラ 大葉チーズフライ	719kcal
	塩分		2.7g		2.7g		2.3g		4.4g		3.0g
	価格	ライス・スープ 付	¥500	ライス・スープ 付	¥500	ライス・スープ 付	¥500	ライス・スープ 付	¥500	ライス・スープ 付	¥500
ヘルシー定食	カロリー	メバル西京焼き	502kcal	赤魚塩麹焼き	480kcal	鮭味噌焼き	577kcal	モーカ生姜焼き	562kcal	さば 青じそ風味焼き	594kcal
	塩分		2.6g		2.4g		2.5g		3.0g		3.0g
	価格	サラダ・十五穀米・味噌汁 付	¥670	サラダ・十五穀米・味噌汁 付	¥670	サラダ・十五穀米・味噌汁 付	¥670	サラダ・十五穀米・味噌汁 付	¥670	サラダ・十五穀米・味噌汁 付	¥670
家政大学 ヘルシーランチ	カロリー	お休み				全国の特産品を知れるオリジナルメニュー エビ入り茶飯 タラのソテー秋野菜のトマトソース添え 他			677kcal	お休み	
	塩分								3.6g		
	価格								¥770		

定番メニュー										
カレー (スープ付き)	カロリー	マレーシアカレー	809kcal	カツカレー	864kcal	キーマカレー	693kcal	バターチキンカレー	804kcal	
	塩分		3.0g		4.5g		3.9g		4.1g	
	価格	(サラダ・スープ付)	¥770	(サラダ・スープ付)	¥850	(サラダ・スープ付)	¥770	(サラダ・スープ付)	¥770	
ラーメン	カロリー	舟渡ラーメン	367kcal	あごだし 和風ラーメン	594kcal	博多とんこつ ラーメン	567kcal	味噌ラーメン	557kcal	
	塩分		6.6g		6.1g		6.5g		6.1g	
	価格		¥600		¥700		¥700		¥700	
	カロリー	舟渡醤油 チャーシュー麺	798kcal	あごだし和風 チャーシュー麺	986kcal	博多とんこつ チャーシュー麺	960kcal	味噌 チャーシュー麺	988kcal	
	塩分		6.7g		6.6g		7.0g		6.3g	
	価格		¥890		¥890		¥890		¥890	
和麺	◎麺類のつゆを半分残すと【うどん 約1/3】、【そば・ラーメン 約1/2】の減塩となります◎									
	きつね(温・冷)			かき揚げ(温・冷)						
	そば	うどん	どちらかお好きな方をお選びください	そば	うどん					
385kcal 塩分4.9g		386kcal 塩分4.1g		530kcal 塩分4.6g		531kcal 塩分3.8g		¥470		

売店には日替り弁当〈数量限定〉やサンドイッチ等をご用意しております。

仕入等の都合により変更される場合があります、ご了承ください。

