

然の膳 宮城県庁店 日替わりメニュー

| | | | | | |
|----|-------|-------|-------|-------|-------|
| 日付 | 5月18日 | 5月19日 | 5月20日 | 5月21日 | 5月22日 |
| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |

日替わりA定食

| | | | | | |
|---------------------------------|---------------------------------------|---|---|---------------------------------------|---|
| メイン | 白身フライ クリームソースがけ | 鶏の梅味噌焼き | ハンバーグ デミソース | 豚肉と野菜の 卵とじ | 鶏肉とブロッコリーの 塩麴炒め |
| ご飯150g・味噌汁・ 漬物込み エネルギー・塩分 | エネルギー:502kcal 塩分:3g タンパク質:17.5g | エネルギー:585kcal 塩分:3.1g タンパク質:27.7g | エネルギー:629kcal 塩分:3.5g タンパク質:20.7g | エネルギー:597kcal 塩分:3g タンパク質:20.1g | エネルギー:612kcal 塩分:4.7g タンパク質:27.9g |

日替わりB定食

| | | | | | |
|---------------------------------|---|---|---|---|---|
| メイン | 鶏胸の トマトチキンフリット | 豚肉と茄子の さっぱり炒め | 牛肉の スパイシー炒め | 鶏の レモンペッパー焼き | 豚肉とレンコンの 胡麻味噌炒め |
| ご飯150g・味噌汁・ 漬物込み エネルギー・塩分 | エネルギー:468kcal 塩分:3.7g タンパク質:24.2g | エネルギー:561kcal 塩分:2.8g タンパク質:15.3g | エネルギー:561kcal 塩分:2.2g タンパク質:15.3g | エネルギー:652kcal 塩分:4.2g タンパク質:27.4g | エネルギー:619kcal 塩分:2.7g タンパク質:17.4g |

| | |
|--------|---------------------------|
| 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 |
|--------|---------------------------|