

然の膳 宮城県庁店 日替わりメニュー

| 日付 | 4月6日 | 4月7日 | 4月8日 | 4月9日 | 4月10日 |
|---------------------------------|---|---|---|---------------------------------------|---|
| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
| 日替わりA定食 | | | | | |
| メイン | 豚肉の高菜炒め | 白身魚のフライ オニオンソース | 三色丼 | 鶏の南部焼き | マーマレードチキン |
| ご飯150g・味噌汁・ 漬物込み エネルギー・塩分 | エネルギー:537kcal 塩分:2.8g タンパク質:15.1g | エネルギー:523kcal 塩分:3.8g タンパク質:17.2g | エネルギー:504kcal 塩分:3.8g タンパク質:24.9g | エネルギー:584kcal 塩分:2.7g タンパク質:28g | エネルギー:589kcal 塩分:2.9g タンパク質:27.6g |

| 日替わりB定食 | | | | | |
|---------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|---|---|---------------------------------------|
| メイン | とんかつデミソース | 牛肉のソテー おろしだれ | 豚キムチ炒め | 茄子と豚肉の 味噌炒め | 大豆とほうれん草の キーマカレー |
| ご飯150g・味噌汁・ 漬物込み エネルギー・塩分 | エネルギー:640kcal 塩分:3g タンパク質:19.1g | エネルギー:564kcal 塩分:3g タンパク質:15g | エネルギー:477kcal 塩分:4.2g タンパク質:18.9g | エネルギー:564kcal 塩分:2.6g タンパク質:15.6g | エネルギー:791kcal 塩分:2g タンパク質:26.6g |

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