Weekly Menu

第2本庁舎4階食堂
電話 03-5320-7516 内線 63-520
営業時間 11:00-14:00

	7/8 Mon	7/9 Tue	7/10 Wed	7/11 Thu	7/12 Fri
SOUTH SIDE (南側)	2 3 2 PASTA/BOWL バスタ or 丼 鹿児島県郷土料理 鶏飯 鹿児島 ¥600 506kcal 26.2g 7.8g 83.0g 4.3g	ひじきご飯の和風おむらिस ¥650 636kcal 18.0g 15.5g 109.0g 4.8g	海鮮と彩り野菜の ばらかき揚げ丼 ¥650 771kcal 24.0g 20.7g 124.3g 3.5g	伊達焼そば 宮城県名物 ¥650 488kcal 20.7g 18.8g 62.2g 5.7g	復興応援メニュー 牛肉と 三陸産釜揚げわかめの 和風スパゲティー ¥650 634kcal 23.8g 22.3g 91.7g 4.4g
	4 LUNCH-A ランチA 若鶏の照り焼き ¥700 736kcal 39.4g 27.2g 85.2g 4.9g	ゴーヤチャンプルー ¥700 692kcal 29.8g 28.9g 82.2g 3.6g	復興応援メニュー 宮城県産 ブリの天然塩焼き ※豊洲市場でその時獲れたお魚をご提供いたします ¥700 561kcal 28.5g 19.1g 75.8g 2.3g	鮭の塩麹漬け焼き ¥700 591kcal 34.2g 13.1g 82.9g 2.9g	鶏かつ 柚子胡椒あんかけ ¥700 721kcal 26.6g 19.3g 112.2g 2.6g
	5 LUNCH-B ランチB 三元豚のヒレカツ ¥900 795kcal 15.2g 25.9g 124.8g 4.5g	手仕込み ジャンボチキンカツ ¥800 1132kcal 46.3g 48.3g 132.1g 4.8g	イベリコ豚カルビ焼肉 バルサミコ風味 ¥800 877kcal 23.3g 48.9g 92.8g 3.6g	油淋鶏 (揚げ鶏の香味だれ) ¥800 1037kcal 42.5g 48.8g 107.2g 6.1g	豚ロースの生姜焼き ¥800 683kcal 31.5g 24.6g 85.6g 2.8g
	6 HEALTHY ヘルシー 大豆肉の台湾混ぜご飯 ¥700 615kcal 25.6g 15.8g 97.0g 3.8g	海老と木耳の黒胡椒炒め 腸 ¥750 556kcal 20.8g 15.7g 88.5g 3.6g	旨辛チキン炒め 疲・ス ¥750 759kcal 27.3g 30.8g 99.5g 3.0g	鱈の香草パン粉焼き 疲労 ¥750 559kcal 27.2g 13.4g 89.0g 2.9g	香ばしナッツのドライカレー 塩 ¥750 632kcal 20.0g 22.2g 93.2g 2.7g
	7 CURRY カレー シーフードとキノコのカレー ¥640 611kcal 16.8g 11.4g 112.6g 3.8g	国産牛すじハヤシライス ¥690 818kcal 33.7g 24.6g 115.4g 3.4g	東京野菜トマトカレー 東京食材 ¥640 614kcal 16.7g 16.3g 104.0g 2.4g	ごろごろ野菜のポークカレー ¥640 696kcal 20.5g 15.2g 122.9g 3.2g	ビーフカレー ¥540 708kcal 14.1g 22.3g 115.3g 3.5g
NORTH SIDE (北側)	8 LUNCH-C ランチC 豚肉と厚揚げの旨煮 ¥550 589kcal 22.0g 13.2g 96.4g 5.2g	白身魚のムニエル 味噌バターソース ¥600 520kcal 24.6g 11.0g 85.0g 3.4g	揚げ点心の黒胡椒ソース ¥550 694kcal 21.2g 17.4g 113.8g 5.3g	豆腐の挽肉包み揚げ みぞれあんかけ ¥600 706kcal 18.5g 29.0g 95.0g 4.6g	豚肉と白菜の中華五目煮 ¥600 664kcal 26.2g 21.1g 95.3g 4.2g
	かけ ¥380 ざる・わかめ・たぬき・きつね ¥430 かき揚げ ¥460 麺大盛り + ¥100				
	9 JAPANESE NOODLE 和麺 天ざるうどん・そば ¥590 512kcal 21.9g 12.1g 82.0g 3.1g	豆乳明太クリーム うどん・そば ¥590 387kcal 18.9g 8.0g 63.3g 5.0g	五目カうどん・そば ¥590 464kcal 17.2g 6.2g 88.2g 6.4g	甘海老入りかき揚げ うどん・そば ¥590 593kcal 14.3g 23.1g 81.3g 6.2g	八丁味噌煮込み うどん・そば ¥590 501kcal 26.4g 16.1g 69.3g 5.1g
	麺大盛り + ¥100				
10 CHINESE NOODLE らーめん 醤油らーめん ¥500 372kcal 16.1g 7.0g 65.9g 7.2g	塩らーめん ¥500 352kcal 15.2g 6.8g 62.5g 7.2g	味噌らーめん ¥500 409kcal 19.2g 6.0g 74.8g 7.6g	冷やし中華 黒酢たれ ※本日、定番ラーメンはお休みです。 ¥590 402kcal 17.2g 6.6g 73.0g 4.4g	激辛! 広島つけ麺 ※本日、定番ラーメンはお休みです。 ¥690 649kcal 26.2g 20.8g 86.8g 6.2g	
10 TAKE OUT テイクアウト 健康米deサラダチキン弁当 ¥600 630kcal 32.3g 17.7g 88.7g 1.9g	海南鶏飯弁当 ¥600 700kcal 29.4g 22.1g 97.8g 2.6g	焼肉きのごサラダボウル ¥600 634kcal 21.4g 22.0g 90.2g 1.9g	そぼろ鶏天丼 ¥600 843kcal 28.3g 32.6g 113.1g 2.0g	ガパオ風ライス弁当 ¥600 568kcal 18.4g 14.9g 92.1g 1.7g	

Dinner Menu (夕食)

NORTH SIDE (北側)	定食 Set meal 麻辣ダレの棒棒鶏 揚げ餃子添え ¥700 737kcal 31.2g 29.3g 88.6g 3.5g	甘酢マヨチキン ¥700 825kcal 37.2g 35.4g 91.5g 3.6g	目玉焼きハンバーグ デミグラスソース ¥700 460kcal 11.0g 6.6g 90.1g 2.7g
	丼 or カレー Bowl or Curry ビーフカレー ¥590 608kcal 12.9g 11.1g 117.2g 6.6g	ビーフカレー ¥590 608kcal 12.9g 11.1g 117.2g 6.6g	ビーフカレー ¥590 608kcal 12.9g 11.1g 117.2g 6.6g
	麺 Noodle かけうどん・そば ¥380 316kcal 11.6g 1.6g 66.6g 5.8g	かけうどん・そば ¥380 316kcal 11.6g 1.6g 66.6g 5.8g	かけうどん・そば ¥380 316kcal 11.6g 1.6g 66.6g 5.8g

栄養価表記				
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
kcal	g	g	g	g

※仕入れにより、メニューや価格が当日変更になる場合がありますが、ご了承ください。
 ※栄養価は目安です。和麺や中華麺は汁も含んだ栄養価となっております。
 ※定食のライスは、普通盛り(180g)あたりの栄養価です。

6 8 ←こちらのコーナーは定食セットです。
 (ご飯・汁・小鉢付き)
 ※メニュー内容によって変更あり

aim エムサービス株式会社
 SERVICES