



Weekly Lunch !!

(2018. 7/9 ~ 7/15)

MON	酢豚
	エネルギー 587kcal タンパク質 35.9g 糖質 34.3g
TUE	鶏ムネ肉のカシューナッツ
	エネルギー 662kcal タンパク質 30.1g 糖質 27.8g
WED	ガパオライス
	エネルギー 646kcal タンパク質 32.8g 糖質 28.7g
THU	本日の白身魚のムニエル グリーンソース
	エネルギー 535kcal タンパク質 31.5g 糖質 33.1g
FRI	豚ロースソテー イタリアンソース
	エネルギー 662kcal タンパク質 30.7g 糖質 33.8g
SAT	ミートローフ デミグラスソース
	エネルギー 654kcal タンパク質 33.4g 糖質 29.1g
糖質制限 プレート	豚ロースのソテー きのこと梅ソース
	エネルギー 557kcal タンパク質 34.1g 糖質 11.9g

※ご飯SSsize(50g)+味噌汁+副菜+サラダ+ドレッシングで計算しています。

◆お知らせ◆ この度、7月1日より「日替わりランチ」のご提供を
(月)~(土)までとさせていただきます。

誠に勝手ではございますが、宜しくお願いいたします。
糖質制限プレート(1000+tax) ご飯をお付けする事もできます。
ご不明な点がございましたらStaffまでお申し出ください。