

W E E K L Y M E N U 昭和大学病院中央棟7階職員食堂 (10月5日 ～ 10月17日)

FRAME (昼食)	10月5日 (月曜日)						10月6日 (火曜日)						10月7日 (水曜日)						10月8日 (木曜日)						10月9日 (金曜日)						10月10日 (土曜日)					
		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量
Aセット 日替わりランチ (ごはん・汁物付き) ¥620～ 小ライス ¥20引き	鰯の唐揚げ香酢だれ						ピンクサーモンのムニエル バター醤油ソース						カツオカツ 生姜醤油ソース						豆腐ハンバーグ きのこソース						ぶりの照り焼き						★店長おまかせ★ ¥ 6 5 0					
	¥670	626	25.1	13.6	101.8	2.1	¥670	539	22.6	11.3	90.6	3.6	¥650	672	17.0	18.4	112.5	3.7	¥670	594	17.6	18.1	92.7	2.6	¥670	591	22.5	12.7	86.1	3.1						
Bセット 週替わりランチ (ごはん・汁物付き) ¥620～ 小ライス ¥20引き	豚肉ときくらげの卵炒め						麻婆茄子						鶏肉の生姜焼き						コク旨チーズコロッケ & メンチカツ						秋の味覚 鶏むね肉の塩麴唐揚げ 黒酢あん											
	¥670	642	24.2	21.9	88.4	3.3	¥670	737	14.0	32.0	95.5	3.5	¥670	630	28.8	18.5	86.9	3.0	¥670	769	11.4	25.9	115.0	3.7	¥690	794	24.2	21.8	127.5	4.8						
Cセット バラエティランチ (汁物付き) ¥540～	鶏つくね丼						かに玉丼						1/2 海老と豆腐の 中華旨煮丼						// KODAWARI // Series こだわりの甘辛牛玉丼						ねばねば温玉丼											
	¥640	525	17.3	6.3	103.9	1.9	¥640	597	12.1	14.3	109.8	3.0	¥610	608	24.1	13.2	100.0	3.2	¥680	664	20.2	22.2	98.8	3.7	¥580	537	17.4	8.1	101.5	2.3						
麺 和麺・中華麺・パスタ ¥520～	まるやか白味噌ラーメン						山菜たぬきうどん・そば						ミートソーススパゲティ						旨辛チゲうどん						ブラック醤油ラーメン						とんこつラーメン					
	¥590	641	26.0	17.9	90.4	7.5	¥550	760	26.7	9.5	136.4	6.9	¥590	622	27.6	17.4	88.5	2.5	¥560	482	16.9	8.1	79.8	3.6	¥590	493	16.8	12.9	77.4	7.4	¥550	442	19.5	10.6	62.4	6.3
FRAME (昼食)	10月12日 (月曜日)						10月13日 (火曜日)						10月14日 (水曜日)						10月15日 (木曜日)						10月16日 (金曜日)						10月17日 (土曜日)					
		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量		エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量
Aセット 日替わりランチ (ごはん・汁物付き) ¥620～ 小ライス ¥20引き	ス ポ ー ツ の 日						照り焼きハンバーグ						海老フライ & ほたてクリーミーコロッケ						八宝菜						めばるの塩麴焼き						★店長おまかせ★ ¥ 6 5 0					
							¥670	721	21.0	25.6	104.1	4.2	¥650	667	13.8	18.1	112.8	3.6	¥650	516	19.5	9.9	89.2	3.9	¥670	478	20.1	3.3	95.0	3.6						
Bセット 週替わりランチ (ごはん・汁物付き) ¥620～ 小ライス ¥20引き							カレイの唐揚げ さっぱり葱だれ						タンドリーチキン						豚しゃぶごまだれ						鶏肉の唐揚げ チリマヨソース											
							¥690	546	26.3	11.0	86.8	2.7	¥670	659	29.7	24.9	81.4	2.7	¥670	632	22.5	22.5	87.4	3.6	¥670	846	28.2	38.6	99.1	2.5						
Cセット バラエティランチ (汁物付き) ¥540～							蟹あんかけ炒飯						蒸し鶏と梅の 生姜スープご飯						秋の味覚 きのこ御飯と鯖電田揚げ ～甘辛だれ仕立て～						1/2 食物繊維が摂れる 牛焼肉丼											
							¥610	549	11.7	17.0	90.5	3.7	¥580	379	14.1	1.3	81.0	4.0	¥640	724	16.3	30.7	93.0	4.3	¥640	611	14.4	20.5	90.2	1.9						
麺 和麺・中華麺・パスタ ¥520～							関西風大判きつね うどん・そば						KARADA Cafe 4種きのこの ボロネーゼパスタ						鴨ねぎうどん・そば						鶏白湯ラーメン						塩ラーメン					
							¥550	452	19.1	7.7	72.2	5.6	¥610	575	24.7	14.0	85.8	6.3	¥570	475	20.9	2.9	76.3	5.0	¥570	477	25.2	7.5	76.9	7.5	¥550	375	14.5	5.1	63.7	6.4

※ 仕入れの都合によりメニューを変更することがございます。予めご了承ください。

営業時間
平日 11:00～15:00
(ラストオーダー14:30)
土曜日 11:00～14:30
(ラストオーダー14:00)

※ 中央棟7階食堂のラウンジ利用として、平日・土曜日の7～21時は自由にご利用いただけます。