

オアシス 今週の定食メニュー

2017	朝		昼		夜	
	A定食	B定食	A定食	B定食	A定食	B定食
9/10 (日)	ハム玉子サンド	豚挽肉と玉子の炒め物	冷やしきつねうどん	鮭フライ	目玉焼きハンバーグステーキ	特製ナスのグラタン
	574 kcal	607 kcal	376 kcal	707 kcal	786 kcal	540 kcal
9/11 (月)	ミックスピザ	ソーセージのトマト煮	中華丼	鶏肉の南蛮漬け	ポークカツのチーズ焼き	白身魚の葱味噌焼き
	431 kcal	738 kcal	732 kcal	722 kcal	903 kcal	599 kcal
9/12 (火)	オムレツきのこソース	豚肉と野菜の味噌煮	旬野菜カレー	煮込みハンバーグ	ピーマンの肉詰め	鶏肉ときのこのソテー
	444 kcal	725 kcal	700 kcal	699 kcal	578 kcal	688 kcal
9/13 (水)	ピザトースト	鶏肉の玉子とじ	チキンライス	麻婆春雨	豚肉唐揚げ甘酢あん	しらす丼
	346 kcal	599 kcal	594 kcal	726 kcal	954 kcal	589 kcal
9/14 (木)	ハムカツサンド	鯖の西京焼き	湯麺	鶏肉とピーマンの細切り炒め	ミックスシーフードフライ	ミートローフ
	403 kcal	557 kcal	462 kcal	606 kcal	879 kcal	753 kcal
9/15 (金)	スクランブルエッグベーコン添え	肉じゃが	オムライスハヤシソース	豚肉とキャベツの味噌炒め	カジキステーキサルサソース	鶏の唐揚げ
	641 kcal	594 kcal	832 kcal	714 kcal	556 kcal	735 kcal
今週の週替わり麺(昼・夜)	みそラーメン		今週の週替わりパスタ(昼・夜)	ナポリタン		

・表示kcalは、ごはんのみそ汁350kcalを加算したカロリーです。

小鉢は80~130kcalを加算してください。

・仕入れの都合により、メニューの変更がある場合がございます。

・定食には汁物と飲み物(コーヒー又は紅茶)がつきます。飲み物はセルフサービスでお願いします。

・お部屋で召し上がる方は、お持ち帰り用伝票にてご注文ください。お食事は、必ずご注文の朝昼夕各営業時間内に召し上がり食器をご返却ください。食の安全のためお取り置きはご遠慮ください。

