

オアシス 今週の定食メニュー

2024	朝		昼		夜	
	A定食	B定食	A定食	B定食	A定食	B定食
12/1 (日)	ハム玉子サンド	豚肉ときのこの玉子炒め	スパゲティカルボナーラ	チキンのカレークリーム煮	カツ皿	鮭のマヨネーズ焼き
	570 kcal	600 kcal	878 kcal	722 kcal	855 kcal	614 kcal
12/2 (月)	オムレツベーコン添え	鶏肉のクリーム煮	他人丼	白身魚の葱味噌焼き	チキンソテー	きのことサーモンのドリア
	514 kcal	634 kcal	699 kcal	505 kcal	611 kcal	535 kcal
12/3 (火)	ホットケーキ	鶏肉の玉子とじ	鶏肉と茸の和風ピラフ	肉豆腐	サーモンソテーキノコソース	和風ハンバーグステーキ
	510 kcal	612 kcal	506 kcal	747 kcal	539 kcal	668 kcal
12/4 (水)	ハムエッグ	鯖の味噌煮	とろろきつねうどん	鶏肉のグリル和風きのこソース	ピーマンの肉詰め	ホイコーロー
	519 kcal	569 kcal	391 kcal	660 kcal	611 kcal	734 kcal
12/5 (木)	玉子と野菜のサンド	豚肉と野菜のカレー炒め	中華丼	煮込みハンバーグ	若鶏のみぞれ煮	白身魚の野菜チーズ焼き
	568 kcal	720 kcal	696 kcal	661 kcal	768 kcal	557 kcal
12/6 (金)	スパニッシュオムレツ	さつま揚げと里芋の田舎煮	豚骨ラーメン	豚肉とキャベツのスタミナ炒め	大変申し訳ありませんが、従業員研修のためお休みさせていただきます。	
	496 kcal	555 kcal	455 kcal	689 kcal		
今週の週替わりラーメン(昼・夜)		塩ラーメン		今週の週替わりパスタ(昼・夜)		きのこクリーム

- 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をお願いします。
- 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。

