

オアシス 今週の定食メニュー

2019	朝		昼		夜	
	A定食	B定食	A定食	B定食	A定食	B定食
8/18 (日)	オムレツ茸 クリームソース		スパゲッティー ポロネーズ		ハンバーグ ステーキ マッシュルームソース	
	497 kcal		577 kcal		734 kcal	
8/19 (月)	ハンバーグ サンド	鮭のバター焼き	コロッケ カレーライス	冷製 パンパンジー サラダ	白身魚の チーズピカタ	酢豚
	502 kcal	551 kcal	747 kcal	610 kcal	653 kcal	860 kcal
8/20 (火)	ベーコンエッグ	ハムと青梗菜の 炒め物	ワンタン麺	チキンの 味噌焼き	魚の唐揚げ 甘酢野菜 あんかけ	豚ロース生姜焼
	597 kcal	469 kcal	549 kcal	634 kcal	581 kcal	638 kcal
8/21 (水)	ツナコーン 野菜サンド	鯖の味噌煮	カレーピラフ	中華旨煮	カジキマグロ 照り焼き	油淋鶏
	512 kcal	542 kcal	587 kcal	577 kcal	597 kcal	656 kcal
8/22 (木)	スクランブル エッグ ソーセージ添え	鶏肉と野菜の クリーム煮	天津丼	ビーフコロッケ	チキンソテー	回鍋肉
	607 kcal	749 kcal	682 kcal	724 kcal	650 kcal	697 kcal
8/23 (金)	クラブハウス サンド	豆腐ステーキ	冷やし かき揚げうどん	チキン香味焼き	冷しゃぶサラダ	サーモン みぞれ煮
	568 kcal	652 kcal	582 kcal	617 kcal	622 kcal	554 kcal
今週の 週替わり麺 (昼・夜)	たぬきうどん		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。

