

11月は「食育月間」ポイント3倍

月曜日(6日・20日)

火曜日(7日・21日)

水曜日(8日・22日)



野菜総量 237g

たっぷり野菜と豆腐ステーキ牛カルビソース (税込) ¥600



野菜総量 199g

広島産カキフライと味噌炒め (税込) ¥600



野菜総量 215g

秋野菜たっぷりトマトソースのハンバーグ (税込) ¥600

木曜日(9日)

金曜日(10日・24日)



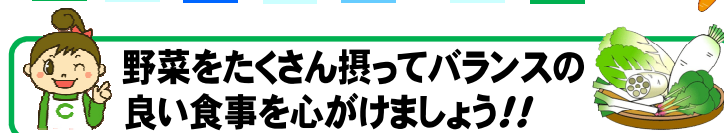
野菜総量 187g

野菜たっぷりあんかけ豚カツ (税込) ¥600



野菜総量 202g

野菜たっぷり鶏肉の唐揚げ甘酢あんかけ (税込) ¥600



野菜をたくさん摂ってバランスの良い食事を心がけましょう!!

お知らせ

ご飯・味噌汁・小鉢付です。
成人の1日当りの野菜類の目標摂取量は350gです。
このメニューで1日の約半分の量の野菜が摂れます。

千葉県庁生活協同組合
中チ力食堂