

食楽良(くらら) 週間メニュー

アレルギー表示(7品目)はレストラン前メニューボードに表示しています

ヘルスアップランチ 週替わり	800円	豚ヒレのソテー レモンクリームソース アボカドとビーンズのサラダ 大根と焼き油揚げのナムル ごはん(180g) 白菜のコンソメスープ	脳を活性化しよう 脳細胞を作るたんぱく質が しっかりとれるメニュー コーヒー又は紅茶、ジャスミンティー付
		677 kcal / 2.6 g	

スイーツ	12月の週替わりスイーツ オートミールボールのごろごろぜんざい デミタスコffee付き (300円) もちりオートミールボールに さわやかリンゴに、満足カボチャ 食物繊維たっぷりぜんざいです
------	--

information 12月6日(月) 臨時休業となります

		12/6 (月)	12/7 (火)	12/8 (水)	12/9 (木)	12/10 (金)
日替わり	一汁二菜 600円	臨時休業	タラのムニエル タルタルソース 豆サラダ ごはん(180g) かぼちゃのベーコンスープ 607 kcal / 2.3 g	豚と白菜の塩つくね ゴボウとたけのこの炒め煮 ごはん(180g) きのこのかきたま汁 632 kcal / 2.2 g	鶏のから揚げ南蛮酢 ひじきと小松菜の煮物 ごはん(180g) とろろ昆布のすまし汁 643 kcal / 2.5 g	豆腐とサバ缶のハンバーグ ほうれん草とハムのレモン醤油和え ごはん(180g) キャベツと油揚げのみそ汁 622 kcal / 2.4 g
	一汁三菜 700円	きのこことこんにゃくのピリ辛炒め ヨーグルトパンナコッタ 679 kcal / 2.8 g	大根とわかめの生姜風味和え 金時豆 689 kcal / 2.9 g	白菜サラダ なしのゼリー 688 kcal / 2.8 g	大根ときゅうりの浅漬け 黒豆煮 682 kcal / 2.9 g

曜日限定	水曜ランチ 700円	五目あんかけうどん パプリカとうすらの卵のピクルス りんごのコンポート ヨーグルト添え 671 kcal / 5.8 g	あんかけうどん で温まらしましょう! *スープを半分残すと 塩分が3.0g以内になります
------	---------------	--	---

週替わり	700円	噛みごたえのある具だくさんうどん! 牛ごぼう☆うどん サービス小鉢 プチデザート 468 kcal / 6.1 g
------	------	---

毎日	700円	低脂肪で蛋白質と野菜タップリ! くららカレー サービス小鉢 プチデザート 656 kcal / 2.7 g
----	------	---

塩分は汁全量摂取の場合

■ご飯の量が選べます

■エネルギー(kcal) / 塩分(g) ■価格は全て税込です