

6月は「食育月間」

※6月4日(月)から6月29日(金)まで特別メニューを提供いたします。

ポイント3倍



中チカ食堂限定のメニューです。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!!



月曜日

火曜日

水曜日

木曜日

金曜日

偶数週のメニュー

野菜たっぷりデミソースハンバーグ



野菜総量225g (税込) ¥630
ご飯・小鉢・味噌汁付

10品目野菜の中華あんかけ丼ぶり



野菜総量199g (税込) ¥530
小鉢・味噌汁付

カキフライと豚肉と野菜の味噌炒め



野菜総量192g (税込) ¥630
ご飯・小鉢・味噌汁付

鶏たっぷり野菜天丼



野菜総量190g (税込) ¥530
小鉢・味噌汁付

野菜たっぷりロコモコ風カレー



野菜総量223g (税込) ¥520
ミニサラダ付

奇数週のメニュー

たっぷり野菜とタルタルチキンカツ



野菜総量205g (税込) ¥630
ご飯・小鉢・味噌汁付

野菜たっぷり麻婆丼



野菜総量190g (税込) ¥530
小鉢・味噌汁付

豚しゃぶ冷やし柑橘ソース



野菜総量183g (税込) ¥630
ご飯・小鉢・味噌汁付

野菜たっぷりのさっぱり照り焼きチキンご飯



野菜総量215g (税込) ¥530
小鉢・味噌汁付

ゴロゴロ野菜たっぷりカレー



野菜総量205g (税込) ¥520
ミニサラダ付

※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 中チカ食堂

