

December・TBGUweeklymenu

営業時間： ～：

Date	1		2		3		4		5	
Day of week	Monday		TuesDay		Wednesday		Thursday		Friday	
Alaunch	MIXフライ		挽肉と春雨の ピリ辛中華炒め		揚げ豆腐の 五目野菜あんかけ		豚肉とキャベツの 中華味噌炒め		鶏肉の塩麴焼き	
	Calorie	792	Calorie	601	Calorie	679	Calorie	557	Calorie	641
	Protein	11.8	Protein	8.8	Protein	20.2	Protein	16.6	Protein	24.7
	Lipid	29.4	Lipid	8.9	Lipid	21.3	Lipid	13.0	Lipid	21.5
Blaunch 週替わり	白身魚の蒲焼き									
			Calorie		472					
			Protein		17.4					
			Lipid		2.6					
RiceBowl	オクラとキムチの 鶏そぼろ丼		チキンタルタル丼		豚肉の 生姜焼き丼		ゴロゴロ野菜の ポークカレー			
	Calorie	545	Calorie	768	Calorie	645	Calorie	731	Calorie	
	Protein	17.5	Protein	23.4	Protein	20.4	Protein	15.2	Protein	
	Lipid	10.6	Lipid	27.3	Lipid	20.5	Lipid	24.7	Lipid	
Noodle 週替わり	鶏柚子塩ラー麺									
			Calorie		572					
			Protein		27.2					
			Lipid		7.5					
Ala Carte									トルコライス	
	Calorie		Calorie		Calorie		Calorie		Calorie	855
	Protein		Protein		Protein		Protein		Protein	24.4
	Lipid		Lipid		Lipid		Lipid		Lipid	25.9

※材料の仕入れの都合上、メニューが変更になることもございますのでご了承ください。