

第2弾



タンパク祭りやるよ!

タンパク質不足してませんか?
目標摂取量1日60グラム

11/22(水)
11/29(水)

タンパク祭り PART 1

日時: 11月22日(水) 11:30~

場所: 事務所3F 食堂

メニュー

A 定食: 豚肉の柚子胡椒焼き

B 定食: 白身魚のゆかり焼き



A定食、B定食 どちらを選んでも、タンパク副菜バイキング付き

お皿に好きなものを好きなだけ盛ろう!!

- ①大豆ミートのヤンニョムサラダ
- ②ひよこ豆のトマト煮込み
- ③蒸し鶏とチーズの高たんぱくサラダ
- ④グリーンサラダ

副菜バイキングだけで30グラム以上摂取可能



仕入れの都合でメニューが
変更になる場合もあります

ごはんも選べる **白ご飯** or **十六穀ご飯**

いつも通り、カレーや麺類もありますよ(*^^)v

カレーや麺類の人もベジ副菜バイキング付き

タンパク祭り PART2は11月29日(水)に開催
気になる**バイキングメニュー**は後日公開