

WEEKLY MENU

Ginza Suehiro
Cafeteria Group
銀座スエヒロ
エル・スエヒロ

		12月22日(月)			12月23日(火)			12月24日(水)			12月25日(木)			12月26日(金)			
定食	定食A	チキンカツ 香味ポン酢定食			¥550	豚肉の胡麻唐揚 けんちんソース定食			¥550	イタリアン ハンバーグステーキ定食			¥550	【X'masメニュー】 チキンのはちみつ マスター焼定食			¥550
	定食B	豚肉と青菜の塩炒め 定食			¥550	【風邪に負けない】 鶏の韓国風ビリ辛煮定食			¥550	肉じゃが定食			¥550	揚豆腐の 和風あんかけ定食			¥550
	定食C																

※定食にはご飯・味噌汁・小鉢が付きます。小鉢は当日の小鉢メニューから1品お選びください。※スペシャルメニューのセット内容は当日のサンプルをご確認ください。

アラカルト	ビビンバ			¥470	若鶏の山賊焼丼			¥470	辛口麻婆丼			¥470	豚肉の生姜焼丼			¥490	温玉鶏そぼろ丼			¥470
	蛋白 17.4g	脂質 16.2g	塩分 1.9g	586kcal	蛋白 27.7g	脂質 18.3g	塩分 3.0g	655kcal	蛋白 19.1g	脂質 11.9g	塩分 4.9g	553kcal	蛋白 28.1g	脂質 24.0g	塩分 2.5g	713kcal	蛋白 30.2g	脂質 17.8g	塩分 2.2g	675kcal
アラカルト	ミニビビンバ			¥310	ミニ若鶏の山賊焼丼			¥310	ミニ辛口麻婆丼			¥310	ミニ豚肉の生姜焼丼			¥330	ミニ温玉鶏そぼろ丼			¥310
	蛋白 11.0g	脂質 9.9g	塩分 1.3g	388kcal	蛋白 18.6g	脂質 12.3g	塩分 2.2g	450kcal	蛋白 13.4g	脂質 8.2g	塩分 3.4g	386kcal	蛋白 18.1g	脂質 16.5g	塩分 1.7g	493kcal	蛋白 22.9g	脂質 14.0g	塩分 1.6g	492kcal
通常 カレー	温玉カルダモンカレー			¥490																
	蛋白 21.2g	脂質 28.8g	塩分 2.9g	790kcal	蛋白 21.2g	脂質 28.8g	塩分 2.9g	790kcal	蛋白 21.2g	脂質 28.8g	塩分 2.9g	790kcal	蛋白 21.2g	脂質 28.8g	塩分 2.9g	790kcal	蛋白 21.2g	脂質 28.8g	塩分 2.9g	790kcal
スペシャル カレー	インドチキンカレー			¥490																
	蛋白 29.3g	脂質 32.0g	塩分 4.2g	858kcal	蛋白 29.3g	脂質 32.0g	塩分 4.2g	858kcal	蛋白 29.3g	脂質 32.0g	塩分 4.2g	858kcal	蛋白 29.3g	脂質 32.0g	塩分 4.2g	858kcal	蛋白 29.3g	脂質 32.0g	塩分 4.2g	858kcal

※アラカルト・カレーの大盛は+100円となります。(麺類は除く)

麺類	日替 ラーメン	白湯ラーメン			¥400	味噌ラーメン			¥400	醤油ラーメン			¥400	塩ラーメン			¥400	年越し大海老天そば			¥360
		蛋白 17.9g	脂質 10.2g	塩分 8.8g	432kcal	蛋白 19.7g	脂質 8.5g	塩分 9.7g	448kcal	蛋白 18.4g	脂質 5.3g	塩分 9.5g	402kcal	蛋白 17.9g	脂質 5.1g	塩分 11.6g	385kcal	蛋白 24.1g	脂質 6.7g	塩分 5.4g	437kcal
常設 うどん・そば	きつね・わかめ・山菜・昆布うどん／そば 各¥250 カレー・肉・かき揚げうどん／そば 各¥300 冷しうどん／そば ¥280(夏季限定) おにぎり(1ヶ) ¥120 いなり寿司(1ヶ) ¥80 単品ライス ¥120																				

小鉢・ナラダ	小鉢A	いんげんのからし酢味噌			¥90	ほうれん草と油揚げの おひたし			¥90	青梗菜とハムの 辛子和え			¥90	おくらのおひたし すりごまかけ			¥90	春菊としめじの 煮浸し			¥90
		蛋白 1.4g	脂質 1.4g	塩分 0.4g	42kcal	蛋白 4.3g	脂質 3.7g	塩分 1.1g	62kcal	蛋白 3.0g	脂質 1.8g	塩分 1.1g	37kcal	蛋白 2.2g	脂質 1.7g	塩分 0.9g	42kcal	蛋白 2.2g	脂質 0.3g	塩分 1.8g	33kcal
小鉢B	ひじきの白和え			¥90	胡瓜とザーサイの 中華和え			¥90	大根とわかめの ツナボン酢和え			¥90	ごぼうサラダ			¥90	春雨と木耳の 中華サラダ			¥90	
	小鉢C		里芋とこんにゃく の煮物			¥90	鶏団子と大根の煮物			¥90	白菜と油揚げの 玉子とじ			¥90	里芋と大根の 柚子味噌煮			¥90	かぼちゃのそぼろ煮		
小鉢D	小松菜とひき肉の ピリ辛炒め			¥90	白滷とピーマンの 金平			¥90	ニラ玉			¥90	キャベツとペーコンの ソテー			¥90	春巻き			¥90	
	サラダ		ハムサラダ			¥90	マカロニサラダ			¥90	豆腐サラダ			¥90	ポテトサラダ			¥90	チキンサラダ		

【常設小鉢】冷奴／納豆／温泉玉子 各¥80 ※上記小鉢の価格は単品販売時のものです。定食のお客様は上記小鉢からお好きな商品を一つお選びください。

【学生の皆様へ】ご精算時に学生証をご提示いただきますと上記金額から特別割引をしたく学割価格で販売いたします。