

北九州タニタ食堂 4月メニューカレンダー

福岡県北九州市戸畑区福柳木1丁目3-3 3戸畑総合病院2階
 営業時間11:00~16:00

TEL 093-881-3301



★TOPICS

- ・新カテゴリーの一汁二菜定食が始まります!!主菜のボリューム満点!!
- ・野菜は一食あたり175g以上!!ぜひお試し下さい(*^▽^*)
- ・野菜のたっぷり入った野菜カレーを是非★
- ・タニタグッズ等と交換できるポイントカード会員様募集中! ※詳しくはスタッフまで



週替り・
一汁二菜
メニュー

月 火 水 木 金 土 日

カレー
メニュー

一汁二菜とは?
 バランスのよい、健康的な食事のスタイルは
 残しつつ、満足感を得られるよう
 メインの肉や魚の量をしっかりとさせた食事です♪
 カロリー:600kcal前後 塩分:3.5g以下
 野菜量:175g前後 たんぱく質:40g前後



一汁二菜
鶏と野菜の
黒酢あんかけ



鮭の和風
マリネ



一汁二菜
チーズ
ハンバーグ



さばの
バジル焼き



一汁二菜
揚げない
チーズチキンカツ



一汁二菜
ポークピカタ

2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	2~8日
豆腐つくね バーグ	かぼちゃと豚肉の オイスターソース炒め	さわらの 梅蒸し	チキンの オリーブオイル焼	豚肉の 南部焼き	中華風五目煮	バーベキュー チキン	チキンカレー
9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	9~15日
鮭の 野菜ソース	タンドリー チキン	さわらのカッテージ チーズ焼き	鶏肉の なめこおろし煮	揚げ出し豆腐	チキン マスタード焼き	鯖のおろし あんかけ	野菜カレー
16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	15~19日
鶏肉のピーナツ バター焼き	鶏肉のごま サルサソース	いかと豚肉の みそだれ炒め	ピーナツ入り 酢鶏	豚肉の ビネガー風味	鶏肉とレーズン の赤ワイン煮	厚揚げのピリ辛 きのこあんかけ	野菜カレー
23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	23~30日
ささみのピカタ	豚肉のパン粉 焼き	鶏肉のトマト 煮込み	ささみの ほうれん草ソース	鶏肉とピーナツ の炒め物	鶏肉の しそ焼き	さばのみそ煮	チキンカレー
30日							



ささみの衣揚げ
レモンあん

タニタ食堂メニュー

・日替り定食	780円	・カレー定食	780円
・週替り定食	880円	・カレー定食コーヒーセット	220円
・一汁二菜定食	880円	※定食プラス料金(すべて税込み価格)	
・タニタコーヒープレミアムブレンド	380円	・タニタ食堂 オリジナルケーキ	350円
		・タニタ食堂のプリン	130円
		・定食コーヒーセット	etc... 220円
		※定食プラス料金(すべて税込み価格)	

