

提供期間

/

～

/

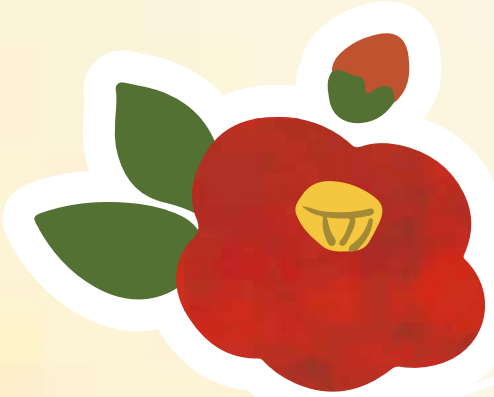
まで

おいしい



初冬の

おすすめ



★管理栄養士推奨★

豚肉にはビタミン B1 が多く含まれ、糖質の代謝を促進し、疲労回復の効果が期待出来ます。また数種類の野菜(玉葱、キャベツ、人参、にら)を使用しており、野菜が不足しがちな方におすすめの主菜です。



豚肉と野菜の旨辛炒め

¥ 286 (税込)



★管理栄養士推奨★



ビタミン・ミネラルの宝庫、ブロッコリーと腸内環境を整える働きが期待出来る食物繊維を含むひじきを使用したおすすめの副菜です。

ブロッコリーと
ひじきのマヨ和え

¥ 99 (税込)



たまご
マカロニサラダ

¥ 99 (税込)

食感の良いシェルマカロニと野菜、ゆで卵を合わせたサラダです



ゆず塩ちゃんうどん

¥ 495 (税込)

鶏だしスープに冬野菜・豚肉・油揚げを合わせました
柚子のさわやかな香りが美味しさを引き立てます



揚げワンタン麺
(白湯スープ)

¥ 550 (税込)

豚骨、鶏ガラの旨味がとけこんだ白湯スープに
「肉入りワンタン」をトッピング



学食ととこープ

毎日の「ちゃんと食べる」を応援します
メニューの詳細情報や食べ方の提案、
開発ストーリーも! 皆さんの食生活を
支える大学生協の学食情報サイトです



UNIV.
CO-OP

写真はイメージです。