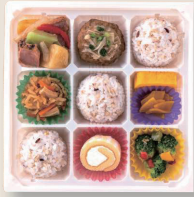


9月

日替わりメニュー



日替わり デラックス弁当



日替わり ヘルシー弁当

十二穀ご飯
使用



季節にちなんだプレミアムメニュー。
デザート付きです。



魅力的なおかずを盛り込んだ
スペシャルメニューです。



毎月、テーマに沿ったフェアを開催！
特別なメニューに出会えるかも。

※記載されているカロリー、栄養成分の値は弁当一個分です
が、あくまでも目安です。栄養素の摂取量を保証するものでは
ありません。
※写真はイメージです。
※当店のお弁当はアレルギーに対し特別な配慮はしており
ません。ご了承ください。
※仕入れの状況により、予告なく内容を変更させていただく
場合がございます。あらかじめご了承ください。

月

火

水

木

金

1

🍷 本まぐろメンチ

贅沢ひき肉のオイスター炒め

出汁入りたこ焼き

大豆の梅ネギ和え

店主おすすめ1品

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	539kcal	13.0g	19.0g	80.7g	1.3g
デラックス	736kcal	17.4g	31.9g	99.2g	1.9g

2

🍷 照焼きチキンステーキ

あじなめろうフライ

銚子名物カレーボール・コンソメ煮

青菜の高菜炒め

沖縄県産もずくとオクラのポン酢サラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	459kcal	14.2g	14.6g	69.3g	1.9g
デラックス	649kcal	21.1g	25.1g	86.3g	2.5g

3

★ Special

🍷 オマール海老のビスコ風クリームコロッケ

🍷 牛肉と野菜のスタミナ炒め

たこ入り海鮮チヂミ

さつま芋とかぼちゃのナッツ和え

麦味噌大根ときゅうりのバリバリサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	497kcal	10.5g	16.1g	79.1g	1.9g
デラックス	688kcal	14.0g	27.1g	99.0g	2.5g

4

🍷 黒トリュフ香る唐揚げ

お楽しみの1品

ミートボールトマト煮込み

ひじき煮

マカロニサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	559kcal	14.4g	24.1g	73.5g	2.1g
デラックス	789kcal	19.6g	40.3g	90.0g	2.8g

7

🍷 バターチキンカレー

磯の香り広がる白身魚フライ

かぼちゃ天

京風卯の花 おからと野菜煮

紅芯大根とキャベツの香しそサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	550kcal	16.6g	21.0g	73.5g	1.6g
デラックス	708kcal	22.3g	30.1g	87.0g	2.3g

8

👑 今月のフェア

🍷 海老フライ マスタードソース

🍷 ビーフ入りハンバーグ オニオンソース

アンチョビポテト

きのこの洋風ソテー

花野菜のシーザーサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	529kcal	15.4g	19.4g	75.8g	1.5g
デラックス	672kcal	21.4g	25.9g	91.1g	2.0g

9

🍷 豚肉の生姜焼き

さんまの梅大葉フライ

新鮮野菜と豆腐のちぎり揚げ

切干大根煮

ポテトサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	508kcal	13.9g	19.4g	71.8g	2.1g
デラックス	684kcal	19.4g	30.5g	86.6g	2.5g

10

🍷 フライドチキン バジルソース

ひき肉と野菜の柚子胡椒チャプチェ

ひとくちカニ玉・和風だし

竹の子の佃煮風

水菜としば漬けの和風サラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	511kcal	13.7g	21.3g	68.3g	1.7g
デラックス	726kcal	19.1g	35.6g	84.9g	2.4g

11

👑 Premium

🍷 黒毛和牛入りメンチ 照りマヨ

🍷 合鴨と秋野菜の黒胡麻味噌だれ

里芋のカレーマッシュ

きゅうりと豆もやしのサラダ

ショコラクランベリーケーキ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	533kcal	12.0g	21.6g	77.5g	1.7g
デラックス	790kcal	16.5g	37.8g	96.1g	2.8g

14

🍷 粗挽きハンバーグ おろしソース

お楽しみの揚げ物

鮭と大根の中華煮

わかめのサクサク醤油炒め

マカロニサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	552kcal	13.9g	23.3g	73.4g	2.5g
デラックス	783kcal	20.2g	37.3g	93.9g	3.4g

15

🍷 黒酢の酢豚

牛肉と十勝産男爵いものコロッケ

ちくわの磯辺揚げ

ひじき煮

小松菜のオニオンサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	525kcal	12.2g	19.5g	77.7g	2.0g
デラックス	685kcal	15.2g	28.3g	95.0g	2.5g

16

★ Special

🍷 中津からあげの名店「もり山」監修唐揚げ

🍷 さわらの竜田揚げ カニカマ中華あん

ソーセージとうまい菜のもろみ炒め

干し豆腐と豆もやしのナムル

枝豆とコーンのマスタードサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	545kcal	19.0g	23.3g	67.1g	1.9g
デラックス	765kcal	28.1g	38.0g	79.6g	2.5g

17

🍷 牛タン入りハンバーグ

極厚ハムカツ ソース

花がんとも煮物

あじうと彩り野菜のチャプチェ

さつま芋の塩レモンサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	527kcal	14.9g	17.9g	79.0g	2.2g
デラックス	743kcal	22.2g	30.6g	96.6g	3.3g

18

🍷 宮崎郷土料理チキン南蛮

カルタル添え

厚揚げ麻婆豆腐

たこと紅生姜の揚げ天

おかぜの副菜

キャベツと人参の炊く旨クリームサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	533kcal	16.1g	22.2g	69.5g	1.7g
デラックス	741kcal	23.4g	35.7g	84.3g	2.8g

21

店休日

22

店休日

23

店休日

24

🍷 ヤンニョムチキン

豚肉と野菜の旨塩炒め

旨みあふれる肉焼売

大豆とごぼうの胡麻炒め

ポテトサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	644kcal	18.2g	31.1g	73.8g	2.0g
デラックス	839kcal	25.3g	44.6g	87.0g	2.6g

25

👑 今月のフェア

🍷 牛ハラミカツ トマトソース

🍷 合鴨のペペロンソテー

肉さつま揚げ・出汁醤油

ツナ入りほうれん草の白和え

チャーシューとさつま芋のマッシュサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	506kcal	14.5g	20.1g	74.4g	1.9g
デラックス	692kcal	19.3g	34.0g	91.4g	2.5g

28

🍷 海老カツ カルタルソース

甘辛豚と彩り野菜のチリバター炒め

菜の花入り花形豆腐の揚げ物

おかぜの副菜

カリフラワーのオニオンマリネサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	516kcal	11.9g	20.4g	72.2g	1.5g
デラックス	718kcal	15.7g	31.7g	94.0g	2.1g

29

👑 Premium

🍷 月見ハンバーグ たっぷり玉子のデミグラス

🍷 フライドチキン 柚子胡椒おろし

厚揚げときのこの煮びたし

揚げナスの香味だれ

豆乳入り蒸しあんじゅう

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	591kcal	15.4g	23.6g	79.1g	1.2g
デラックス	758kcal	22.7g	39.4g	96.3g	2.8g

30

🍷 ビーフ入りメンチカツ

カレーフライ 黒胡麻豆乳だれ

きんぴられんこん

しらすと切干大根のトマト炒め

店主おすすめの1品

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	
ヘルシー	461kcal	13.9g	14.8g	70.8g	1.7g
デラックス	651kcal	20.6g	25.7g	87.4g	2.2g