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

Premium　季節にちなんだプレミアムなメニュー。デザート付きです。

★ Special　魅力的なおかずを盛り込んだスペシャルメニューです。

今月のフェア　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。

マークは写真で紹介しているメニューです。

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3 ★ Special	4	5	6
	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 534kcal 13.0g 19.0g 80.7g 1.3g デラックス 736kcal 17.4g 31.9g 99.2g 1.9g	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	オマール海老のビスク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パリパリサラダ 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	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	店休日	店休日
7	8 今月のフェア 洋食フェア	9	10	11 Premium 秋の味覚祭り	12	13
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 京風卵の花 おからと野菜煮 紅芯大根とキャベツの青じそサラダ 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	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	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 2.6g	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	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 553kcal 12.0g 21.6g 77.5g 1.7g デラックス 790kcal 16.8g 37.8g 96.1g 2.3g	店休日	店休日
14	15	16 ★ Special	17	18	19	20
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	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	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	牛タン入りハンバーグ 極厚ハムカツ ソース 花がんもの煮物 あさり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 17.8g 78.0g 2.2g デラックス 743kcal 22.2g 30.6g 96.6g 3.3g	宮崎郷土料理チキン南蛮 タルタル添え 厚揚げ麻婆豆腐 たこと紅生姜の揚げ天 おまかせの副菜 キャベツと人参のコク旨クリーミーサラダ 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 533kcal 16.1g 22.2g 69.5g 1.7g デラックス 741kcal 23.4g 35.7g 84.3g 2.3g	店休日	店休日
21	22	23	24	25 今月のフェア 肉満載フェア	26	27
店休日	店休日	店休日	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 19.2g 31.1g 73.8g 2.0g デラックス 839kcal 25.3g 44.6g 87.0g 2.6g	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	店休日	店休日
28	29 Premium 十五夜メニュー	30				
海老カツ タルタルソース 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 おまかせの副菜 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 72.8g 1.5g デラックス 718kcal 15.7g 31.7g 94.0g 2.1g	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 豆乳入り蒸しまんじゅう 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 581kcal 15.4g 23.6g 79.1g 1.9g デラックス 758kcal 22.7g 39.4g 96.3g 2.8g	ビーフ入りメンチカツ カレイフライ 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				