

7月 日替(十二穀米)¥600 メトロ食堂 050-8884-9006 平日受付 9時20分まで

ご飯大盛:¥50 特盛:¥100

※日替弁当は炊飯状況により白米提供の場合がございます。
※写真はイメージです ※仕入れ状況により内容が変わることがございます。

月【旨飯デイ】		火		水		木【特別デイ】		金	
		1 鶏づくし弁当		2		3 小倉餡たっぷりたい焼き		4	
			爽やかな香り 黒胡椒ハーブチキン 国産鶏胸肉の 柔らかチキンカツ		ゴロっと食感の たっぷりイカメンチ 自家製餡の 柔らか鶏つくね		人気のチキン南蛮 タルタル添え ご飯が進む！ふわふわ 玉子入り豚キムチ		ハンバーグ 和風あんかけソース 明太マヨ入り！ カリカリちくわ磯部揚
7 玉子チャーハン		8		9		10 マンゴーロールケーキ		11 八甲田山と陸奥湾の恵み	
	サクサクジュシー 甘辛すき焼風コロッケ 牛肉と彩り野菜の トマト煮込み		本格濃厚ホワイト クリームシチュー 柔らかしっとり 豚ヒレカツ		炭火焼チキンステーキ 玉ねぎソース仕立て 蟹とベシャメル のクリーミーフライ		豚肉と旬野菜の 本格中華あんかけ 8品目の具材 たっぷり春巻き		牛のこく風味香る デミグラスハンバーグ 青森県産 ホタテフライ
14 きのご炊込みご飯		15		16		17 クリームロールケーキ		18 厳選産地の黒毛和牛	
	牛肉とじゃが芋の 自家製味噌こっくり煮 アジフィーレ さっぱり梅しそフライ		豚肉と玉ねぎの ごま油風味メンチ 鶏肉と豚肉たっぷり シュウマイ		鶏肉と旬野菜の デミグラス煮込み とろ〜りとろける チーズinメンチカツ		食感と香りが決めて！ 国産鶏とごぼうカツ さっぱり豚竜田の おろしポン酢和え		贅沢！黒毛和牛メンチ 粒マスタード ハンバーグ さっぱりおろしソース
21		22 コーンピラフ		23		24 香り豊かな柚子大福		25	
	祝日		ピリ辛だけでマイルド さつま芋本格カレー さくさく白身魚フライ ハニーマスタード		目玉焼き風ジュシー とろ〜りオムレツ グリルチキンと 旬野菜のカチャトラ風		クセになる味わい 自慢のから揚げ油淋鶏 ピリ辛！花椒と豆鼓 四川風麻婆豆腐		ハンバーグ ガーリックソース 若鶏の海苔巻き 醤油揚げ
28 鮭ちらしご飯		29		30		31 玉水晶 さっぱりカボス		7月31日は 土用の丑の日！ 特別メニュー⇒ 鰻重 1900円 ご予約で特別価格！	
	旨味たっぷり 味噌みみ牛すき煮 ジュシーチキンカツ 和風おろしソース		さっぱり肉厚 イワシ梅しそフライ 京都府八幡村郷土料理 鶏肉の甘辛八幡巻き		ゴロっとチキンと 彩野菜デミソース仕立 北海道産野菜と 牛肉のコロッケ		豚肉ときのこさっぱり オイスター炒め さくさくのり塩 ささみ揚げ	完全予約制！ HC・DX・日替 +¥300で 鰻焼きスライス 3枚 付き弁当になります	

定番メニュー

土日祝は、ご予約でおまかせ弁当 550〜お作りします

焼鮭幕の内 ¥600		洋風ハンバーグ ¥550		牛サイコロステーキ ¥550		イワシ梅肉フライ ¥550		ピックアジフライ ¥600	
おまかせ6マス ¥500		麻婆丼 ¥600 麻婆まぜそば ¥600		ビーフ ガーリックライス ¥700		からあげ弁当 ¥600 味変各¥650 チキン南蛮 和風おろし・油淋鶏 ハニーマスタード		スパイスカレー ¥550 国産牛すじカレー ¥700	
ハンバーグカレー ¥700		ミートパスタ ペペロンチーノ 和風きのこ カニトマトクリーム 各¥500		かつ丼 〜卵とじ〜 ¥700		井メニュー 各¥600 牛カルビ丼・牛丼 豚生姜焼き丼・中華丼 豚キムチ丼 豚塩カルビ丼		から揚げパック ¥350 焼きそばパック ¥400 ※単品の配達不可	

おまかせ

お早めのご予約にご協力ください

	味わい ハンバーグ御膳 ¥1200		味わい 焼鮭御膳 ¥1200		厳選特上弁当7種 詳しくはHP 鰻重 ¥2200		お茶パック ¥150 お茶ペットボトル ¥200		おまかせ弁当 部活・会議・行事等 ご要望・ご予算で お作りできます
--	-------------------------	---	----------------------	--	--------------------------------	---	-----------------------------------	---	--