

11月の献立

☀️ 昼

季節にちなんだごちそうメニュー。
デザート付きです。

魅力的なおかずを盛り込んだ
こだわりメニューです。



☑️マークは写真で紹介しているメニューです。

3月

店休日

4月

5月

6月

7月

8月

9月

☑️ ハンバーグ・BBQソース さつま芋コロッケ

大根の和風煮／春雨と水菜の中華和え
／キャベツのすりおろし野菜サラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
328kcal	9.1g	16.7g	35.7g	2.5g

マグロ竜田

☑️ 豚肉と鮭の甘辛バター炒め

たこ焼き／切干大根煮／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
325kcal	17.5g	22.4g	12.1g	2.1g

☑️ 牛肉のトマト味噌煮込み グラタン風フライ

玉子とじゃがいものマッシュ／れんこんの生姜
昆布炒め／白菜漬けとコーンのおかかサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
263kcal	8.4g	18.5g	19.2g	2.4g

☑️ 黒酢の酢豚 枝豆コロッケ

カレーボール・コンソメ煮／京風卵の
花／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
368kcal	9.8g	25.5g	25.3g	2.7g

店休日

店休日

10月

11月

12月

13月

14月

15月

16日

☑️ ハンバーグ・昆布ポン酢ジュレ お楽しみの揚げ物

高野豆腐の麻婆中華あん／竹の子とパ
プリカのきんぴら／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
318kcal	13.2g	23.9g	12.7g	2.3g

チキン南蛮 ☑️ デミグラスポークシチュー

ごぼうの白和え／おまかせの副菜／
キャベツとオクラの梅サラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
296kcal	12.9g	19.5g	16.7g	3.0g

☑️ 牛ハラミカツ・ネギ山椒だれ ☑️ 合鴨と旬野菜の味噌ナッツ和え

鶏さつま揚げ・生姜マヨ／こんにゃくときゅ
うりの赤しそサラダ／栗のロールケーキ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
424kcal	13.7g	32.4g	19.5g	2.7g

チーズインハンバーグ・チリマヨソース ☑️ 海老水餃子

花がんもの煮物／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
340kcal	14.7g	22.9g	18.0g	3.4g

☑️ 黒トリュフ香る唐揚げ ☑️ 春雨のオイスターヌードル

ちくわ磯辺揚げ／さつま芋のマヨネーズ
和え／カニカマと白菜漬の和風サラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
365kcal	10.7g	24.7g	24.8g	2.2g

店休日

店休日

17月

18月

19月

20月

21月

22月

23日

メンチカツ・柚子胡椒ソース ☑️ アジの南蛮漬け

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
417kcal	15.1g	27.5g	25.8g	3.0g

☑️ ハニーマスタードチキン アブラカレイ・旨辛ヤンニョムソース

韓国風おでん／ツナとほうれん草のナムル
／コゴマ（さつま芋）の甘辛ごまサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
283kcal	14.6g	17.2g	22.9g	2.2g

☑️ ハンバーグ・オニオンソース 白身魚の磯辺フライ

大豆と青菜のペペロンチーノ風／柚子胡椒
風味の和風チャプチェ／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
401kcal	18.5g	26.9g	21.2g	2.7g

☑️ ハムカツ・洋食屋仕立て タラとスモークチーズの練り天・トマトソース

わかめとネギのサクサク醤油炒め／おまかせの副
菜／ブロッコリーとカリフラワーの麦みそサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
408kcal	11.3g	31.6g	21.2g	3.5g

☑️ 大判唐揚げ・もろみだれ ☑️ サワラの竜田揚げ・蒲焼き風

小松菜ときのこの煮びたし／白菜漬けと人
参のポン酢サラダ／ダブルベリーケーキ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
467kcal	21.9g	26.3g	34.5g	3.0g

店休日

店休日

24月

25月

26月

27月

28月

29月

30日

店休日

☑️ 海老カツ・レモンソース お楽しみの1品

ミートボールトマト煮込み／かぼちゃと里芋の
マスタード和え／キャベツのシーザーサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
339kcal	13.5g	22.0g	20.4g	2.3g

☑️ やわらかチキン・クリームソース 塩じゃがコロッケ

揚げ餃子／きんぴられんこん／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
291kcal	16.6g	16.3g	18.0g	2.2g

☑️ カニクリームコロッケ ☑️ 合鴨のカレー煮込み

かぼちゃ天ぷら／あざりとわかめの酢
の物／高菜入りこんにゃくサラダ

エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
400kcal	9.3g	28.8g	24.1g	2.8g

メンチカツ ☑️ 甘辛豚と野菜のスタミナ炒め

海鮮チヂミ／ひじき煮／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
425kcal	9.9g	32.3g	23.4g	2.6g

店休日

店休日



● 合鴨と旬野菜の味噌ナッツ和え
● 牛ハラミカツ・ネギ山椒だれ

● サワラの竜田揚げ・蒲焼き風
● 大判唐揚げ・もろみだれ

● 春雨のオイスターヌードル
● 黒トリュフ香る唐揚げ

● 合鴨のカレー煮込み
● カニクリームコロッケ

※写真はイメージです。 ※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。 ※掲載している栄養成分は普通食M(おかずのみ)の場合です。 ※ご飯(白米)の栄養成分は次の通りです。 エネルギー 285kcal / たんぱく質 4.3g / 脂質 0.5g / 炭水化物 63.1g / 食塩相当量 0g ※当店のお弁当はアレルギーに対し特別な配慮はしていません。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。