

3月 日替わりメニュー

管理栄養士が考えた

2026
March

月	火	水	木	金																																																																											
<p>2</p>  <p>■ 豚肉生姜焼き・野菜添え ごま油香る! 塩じゃがコロッケ 出汁入りたこ焼き 切干大根煮 小松菜の絹胡麻サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 579kcal</td><td>15.5g</td><td>25.1g</td><td>81.0g</td><td>2.3g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 399kcal</td><td>10.4g</td><td>15.2g</td><td>58.9g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 579kcal	15.5g	25.1g	81.0g	2.3g	ヘルシー 399kcal	10.4g	15.2g	58.9g	1.7g	<p>3 Premium ひなまつり</p>  <p>■ フライドチキン・春色明太タルタル ■ あくー原ハンバーグ・あざり入り和風生姜あん 蒸の花入りふんわり花形豆腐〜塩風茶〜 スクランブルエッグ入りカラフル野菜サラダ 春のかり 安福のまんなん大福</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 771kcal</td><td>22.2g</td><td>37.5g</td><td>98.5g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 616kcal</td><td>14.3g</td><td>22.2g</td><td>65.6g</td><td>1.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 771kcal	22.2g	37.5g	98.5g	2.5g	ヘルシー 616kcal	14.3g	22.2g	65.6g	1.6g	<p>4</p>  <p>■ 海老カツ・ソース たっぷりひき肉のオイスター春巻 大根のコンソメ煮 鮭とピーマンのもろみ醤油炒め ポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 574kcal</td><td>12.1g</td><td>18.5g</td><td>88.7g</td><td>2.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 401kcal</td><td>10.6g</td><td>12.9g</td><td>61.7g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 574kcal	12.1g	18.5g	88.7g	2.2g	ヘルシー 401kcal	10.6g	12.9g	61.7g	1.7g	<p>5</p>  <p>■ 極厚ハムカツ・スタミナ焼肉 カールシウム豊富 あじの両室漬け きんぴら白んころ ひじき入り和風え 店主おすすめ1品</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 614kcal</td><td>18.0g</td><td>22.4g</td><td>83.2g</td><td>3.0g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 408kcal</td><td>13.6g</td><td>12.1g</td><td>63.1g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 614kcal	18.0g	22.4g	83.2g	3.0g	ヘルシー 408kcal	13.6g	12.1g	63.1g	2.1g	<p>6 さかなの日</p>  <p>■ 唐揚げとじゃがいもの香ばしおかか和え 白身魚フライ・柚子胡椒風味 銀子名物カレーボール 京風卵の花〜おからと野菜煮〜 マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 737kcal</td><td>13.2g</td><td>32.2g</td><td>88.7g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 472kcal</td><td>13.0g</td><td>19.8g</td><td>63.8g</td><td>2.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 737kcal	13.2g	32.2g	88.7g	2.7g	ヘルシー 472kcal	13.0g	19.8g	63.8g	2.4g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 579kcal	15.5g	25.1g	81.0g	2.3g																																																																											
ヘルシー 399kcal	10.4g	15.2g	58.9g	1.7g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 771kcal	22.2g	37.5g	98.5g	2.5g																																																																											
ヘルシー 616kcal	14.3g	22.2g	65.6g	1.6g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 574kcal	12.1g	18.5g	88.7g	2.2g																																																																											
ヘルシー 401kcal	10.6g	12.9g	61.7g	1.7g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 614kcal	18.0g	22.4g	83.2g	3.0g																																																																											
ヘルシー 408kcal	13.6g	12.1g	63.1g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 737kcal	13.2g	32.2g	88.7g	2.7g																																																																											
ヘルシー 472kcal	13.0g	19.8g	63.8g	2.4g																																																																											
<p>9</p>  <p>■ ビーフ入りハンバーグ・おろしソース お楽しみのお揚げ物 たこ焼生巻の揚げ天 かぶとチンゲン菜の炒め煮 キャベツのピリ辛サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 578kcal</td><td>24.6g</td><td>18.4g</td><td>76.3g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 416kcal</td><td>17.1g</td><td>13.0g</td><td>58.9g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 578kcal	24.6g	18.4g	76.3g	2.4g	ヘルシー 416kcal	17.1g	13.0g	58.9g	1.9g	<p>10 Special 黒トリュフ</p>  <p>■ 黒トリュフ香る唐揚げ ■ 鮭(体)竜田・ひき肉入り四川風麻婆あん ミートボールとトマト煮込み さつま芋のバターチーズは立て 私伝大根とカリフラワーのニオンサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 723kcal</td><td>25.3g</td><td>33.2g</td><td>95.3g</td><td>1.9g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 474kcal</td><td>15.4g</td><td>19.6g</td><td>64.2g</td><td>1.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 723kcal	25.3g	33.2g	95.3g	1.9g	ヘルシー 474kcal	15.4g	19.6g	64.2g	1.4g	<p>11</p>  <p>■ 新巻田と野菜の山椒風味のアヒージョ 栗かぼちゃコロッケ ちくわの焼透揚げ ひじき煮 2種の豆の和風甘辛サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 659kcal</td><td>14.7g</td><td>27.2g</td><td>92.1g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 469kcal</td><td>11.4g</td><td>16.2g</td><td>68.3g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 659kcal	14.7g	27.2g	92.1g	2.5g	ヘルシー 469kcal	11.4g	16.2g	68.3g	1.9g	<p>12</p>  <p>■ 瀬戸内レモン香る! チキン回鍋肉(※イロロー) 海老水餃子と韓国餃子風 新鮮野菜と豆腐のちぢり揚げ おまかせの海軍 ポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 529kcal</td><td>13.0g</td><td>14.1g</td><td>62.0g</td><td>3.0g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 381kcal</td><td>13.4g</td><td>11.1g</td><td>61.0g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 529kcal	13.0g	14.1g	62.0g	3.0g	ヘルシー 381kcal	13.4g	11.1g	61.0g	2.1g	<p>13 Premium ホワイトデー ちなんだ</p>  <p>■ ビーフカツ・トマトチーズソース ■ 合橋のホワイトクリームシチュー 高級入りしらすの和風ショートパスタ 白菜漬のもろみサラダ クリームチーズ入りふんわりロールケーキ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 678kcal</td><td>15.4g</td><td>28.0g</td><td>88.2g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 444kcal</td><td>11.0g</td><td>16.9g</td><td>63.0g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 678kcal	15.4g	28.0g	88.2g	2.5g	ヘルシー 444kcal	11.0g	16.9g	63.0g	2.0g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 578kcal	24.6g	18.4g	76.3g	2.4g																																																																											
ヘルシー 416kcal	17.1g	13.0g	58.9g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 723kcal	25.3g	33.2g	95.3g	1.9g																																																																											
ヘルシー 474kcal	15.4g	19.6g	64.2g	1.4g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 659kcal	14.7g	27.2g	92.1g	2.5g																																																																											
ヘルシー 469kcal	11.4g	16.2g	68.3g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 529kcal	13.0g	14.1g	62.0g	3.0g																																																																											
ヘルシー 381kcal	13.4g	11.1g	61.0g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 678kcal	15.4g	28.0g	88.2g	2.5g																																																																											
ヘルシー 444kcal	11.0g	16.9g	63.0g	2.0g																																																																											
<p>16</p>  <p>■ ほろほろ豚肉と野菜のココ旨カレー 枝豆コロッケ 海鮮チヂミ・ニオンソース 切干大根煮 マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 657kcal</td><td>14.6g</td><td>26.1g</td><td>87.5g</td><td>3.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 449kcal</td><td>10.2g</td><td>17.7g</td><td>63.9g</td><td>2.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 657kcal	14.6g	26.1g	87.5g	3.1g	ヘルシー 449kcal	10.2g	17.7g	63.9g	2.2g	<p>17</p>  <p>■ ごろっとチキン・黒胡椒坦々ソース 種の香広がる裏切らない旨さ白身魚フライ 肉さつまの生姜醤油 春巻と水菜の中華和え 里芋とかぼちゃの甘辛マッシュサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 692kcal</td><td>25.3g</td><td>17.2g</td><td>82.5g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 446kcal</td><td>17.3g</td><td>12.6g</td><td>63.4g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 692kcal	25.3g	17.2g	82.5g	2.5g	ヘルシー 446kcal	17.3g	12.6g	63.4g	2.1g	<p>18</p>  <p>■ 牛すじ肉のこってり味噌煮〜土手豊風〜 お楽しみのお品 高野豆腐のカニカマ中華あん 小松菜とコーンの/ター醤油炒め キャベツの5種果汁入りおろしサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 659kcal</td><td>14.7g</td><td>27.2g</td><td>92.1g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 389kcal</td><td>10.9g</td><td>12.9g</td><td>68.6g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 659kcal	14.7g	27.2g	92.1g	2.5g	ヘルシー 389kcal	10.9g	12.9g	68.6g	1.9g	<p>19 今月のフェア 洋食フェア</p>  <p>■ 煎焼きハンバーグ・王道デミグラスソース ■ 海老フライ・マスタードマヨ ソーセージとうまい塩のアンチョビ炒め 3種チーズのマッシュポテト プロックリーの洋風ドレッシングサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 633kcal</td><td>18.6g</td><td>25.9g</td><td>83.2g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 435kcal</td><td>15.2g</td><td>16.7g</td><td>60.7g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 633kcal	18.6g	25.9g	83.2g	2.4g	ヘルシー 435kcal	15.2g	16.7g	60.7g	1.7g	<p>20</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>店休日</p> </div>															
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 657kcal	14.6g	26.1g	87.5g	3.1g																																																																											
ヘルシー 449kcal	10.2g	17.7g	63.9g	2.2g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 692kcal	25.3g	17.2g	82.5g	2.5g																																																																											
ヘルシー 446kcal	17.3g	12.6g	63.4g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 659kcal	14.7g	27.2g	92.1g	2.5g																																																																											
ヘルシー 389kcal	10.9g	12.9g	68.6g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 633kcal	18.6g	25.9g	83.2g	2.4g																																																																											
ヘルシー 435kcal	15.2g	16.7g	60.7g	1.7g																																																																											
<p>23</p>  <p>■ ガツンとジューシーメンチソース アブラカレ・トマトソース 柚子胡椒風味の和風チップス ツナと竹の子の味噌炒め ポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 648kcal</td><td>18.4g</td><td>27.4g</td><td>85.6g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 445kcal</td><td>12.3g</td><td>16.4g</td><td>63.0g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 648kcal	18.4g	27.4g	85.6g	2.5g	ヘルシー 445kcal	12.3g	16.4g	63.0g	1.9g	<p>24</p>  <p>■ チキンカツで密着銀土料理チキン南蛮風 たっぷりひき肉と里芋の生姜醤油和え 野菜たっぷり揚げ餃子 おまかせの野菜 巻物唐揚げとカリフラワーの和風サラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 664kcal</td><td>16.5g</td><td>18.2g</td><td>94.6g</td><td>3.0g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 463kcal</td><td>12.3g</td><td>11.4g</td><td>75.9g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 664kcal	16.5g	18.2g	94.6g	3.0g	ヘルシー 463kcal	12.3g	11.4g	75.9g	2.1g	<p>25 Special</p>  <p>■ 極厚老のクリームコロッケ ■ 合橋のごちそう黒胡椒オニオン 鶏とさつま芋のおつまみ天・甘辛ドレ きゅうりと豆もやしのにんじん和え 白菜漬のポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 653kcal</td><td>13.2g</td><td>20.2g</td><td>91.0g</td><td>2.6g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 421kcal</td><td>9.0g</td><td>17.4g</td><td>64.8g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 653kcal	13.2g	20.2g	91.0g	2.6g	ヘルシー 421kcal	9.0g	17.4g	64.8g	1.9g	<p>26</p>  <p>■ チキン竜田おろし煮風 鯖(おの)のチリマヨソース 大豆とごぼうの中華風炒め ひじき煮 キャベツのやみつき塩だれサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 713kcal</td><td>22.3g</td><td>33.5g</td><td>81.2g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 469kcal</td><td>14.1g</td><td>16.8g</td><td>69.7g</td><td>1.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 713kcal	22.3g	33.5g	81.2g	2.4g	ヘルシー 469kcal	14.1g	16.8g	69.7g	1.8g	<p>27 今月のフェア 東北フェア</p>  <p>■ ビーフ入りメンチカツ・会津若松風ソース ■ 春巻で盛りじゃじゃ煎風 花がんごの生巻おでん風 ほうれん草の胡麻和えと春雨豆腐は立て 大巻巻る! かつらのサラダ〜山形だしは立て〜</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 600kcal</td><td>17.1g</td><td>22.4g</td><td>86.5g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 399kcal</td><td>11.1g</td><td>13.3g</td><td>61.2g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 600kcal	17.1g	22.4g	86.5g	2.5g	ヘルシー 399kcal	11.1g	13.3g	61.2g	2.0g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 648kcal	18.4g	27.4g	85.6g	2.5g																																																																											
ヘルシー 445kcal	12.3g	16.4g	63.0g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 664kcal	16.5g	18.2g	94.6g	3.0g																																																																											
ヘルシー 463kcal	12.3g	11.4g	75.9g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 653kcal	13.2g	20.2g	91.0g	2.6g																																																																											
ヘルシー 421kcal	9.0g	17.4g	64.8g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 713kcal	22.3g	33.5g	81.2g	2.4g																																																																											
ヘルシー 469kcal	14.1g	16.8g	69.7g	1.8g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 600kcal	17.1g	22.4g	86.5g	2.5g																																																																											
ヘルシー 399kcal	11.1g	13.3g	61.2g	2.0g																																																																											
<p>30</p>  <p>■ 豚肉と野菜のオイスター炒め〜ルーローハン風〜 海老入り白身カツ・ソース かぼちゃ天ぷら 切干大根煮 マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 627kcal</td><td>13.3g</td><td>23.4g</td><td>86.9g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 426kcal</td><td>9.5g</td><td>15.2g</td><td>63.9g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 627kcal	13.3g	23.4g	86.9g	2.7g	ヘルシー 426kcal	9.5g	15.2g	63.9g	2.0g	<p>31</p>  <p>■ 煎焼き月見ハンバーグ さつま芋コロッケ わかめときゅうりのサクサク醤油ナムル こんにゃくの赤しそ和え 店主おすすめ1品</p> <table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr> <tr><td>ダラックス 704kcal</td><td>14.4g</td><td>28.2g</td><td>100.2g</td><td>2.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 498kcal</td><td>9.4g</td><td>16.9g</td><td>71.2g</td><td>1.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	ダラックス 704kcal	14.4g	28.2g	100.2g	2.1g	ヘルシー 498kcal	9.4g	16.9g	71.2g	1.6g																																																
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 627kcal	13.3g	23.4g	86.9g	2.7g																																																																											
ヘルシー 426kcal	9.5g	15.2g	63.9g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
ダラックス 704kcal	14.4g	28.2g	100.2g	2.1g																																																																											
ヘルシー 498kcal	9.4g	16.9g	71.2g	1.6g																																																																											

■マークは写真で紹介しているメニューです。

十二穀ご飯
使用



日替わり デラックス弁当

日替わりのおかず5品
カロリー目安750kcal



日替わり ヘルシー弁当

日替わりのおかず5品
カロリー目安550kcal

Premium

季節にちなんだプレミアムメニュー。
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。



おいしさを追求する
さかなの日

※写真はイメージです。 ※記載されているカロリー、栄養成分の値は非常目
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。
※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。
※お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。

毎月3〜7日は、水産庁が定める
「さかなの日」です。消費拡大に
向けた取り組みとして、3/6は
水産物を豊富に使用しています。