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。

月	火	水	木	金

1（火）

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

2（水）

照焼きチキンステーキ
あじなめろうフライ
餃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（木）★ Special

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

4（金）

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（月）

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

8（火）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（水）

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	71.6g	2.1g
デラックス	684kcal	19.4g	30.5g	86.6g	2.6g

10（木）

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	94.9g	2.4g

11（金）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	653kcal	12.0g	21.6g	77.5g	1.7g
デラックス	790kcal	16.8g	37.8g	98.1g	2.3g

14（月）

粗挽きハンバーグ おろしソース
お楽しみの揚げ物
餡と大根の中華煮
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	793kcal	20.2g	37.3g	93.9g	3.4g

15（水）

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（木）★ 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
千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	78.6g	2.5g

17（木）

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	76.0g	2.2g
デラックス	743kcal	22.2g	30.6g	96.6g	3.3g

18（金）

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	36.7g	84.3g	2.3g

21（月）

店休日

22（火）

店休日

23（水）

店休日

24（木）

ヤンニョムチキン
豚肉と野菜の旨塩炒め
旨みぁふれる肉焼売
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	97.0g	2.6g

25（金）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	606kcal	14.6g	20.1g	74.4g	1.9g
デラックス	692kcal	19.3g	34.0g	91.4g	2.5g

28（月）

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

29（火）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	98.3g	2.8g

30（水）

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