

月	火	水	木	金																																																																											
	<p>1 ▶▶肉Week!</p> <p>中華</p> <p>◎ 香味野菜が決め手 サクサク油淋鶏(ユリチー) イカとオクラの落とし揚げ・そぼろあん 高野豆腐と花魁の煮物 竹の子とブロッコリーのオイスター炒め 白菜漬の青じそサラダ</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>デラックス 800kcal</td><td>25.3g</td><td>30.1g</td><td>104.4g</td><td>3.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 461kcal</td><td>14.4g</td><td>13.2g</td><td>69.6g</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	デラックス 800kcal	25.3g	30.1g	104.4g	3.1g	ヘルシー 461kcal	14.4g	13.2g	69.6g	2.0g	<p>2</p> <p>◎ 粗挽き肉ハンバーグ・ロコモ風アボカドソース 牛肉と男爵イモ入りコロッケ かぶと小松菜のコンソメ煮 わかめとパプリカのごまナムル 紅芯大根とサラダこんにゃくのオニオンドレッシング</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>デラックス 726kcal</td><td>18.0g</td><td>25.0g</td><td>105.0g</td><td>2.8g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 461kcal</td><td>11.3g</td><td>13.7g</td><td>71.7g</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	デラックス 726kcal	18.0g	25.0g	105.0g	2.8g	ヘルシー 461kcal	11.3g	13.7g	71.7g	2.0g	<p>3</p> <p>◎ 黒酢の酢豚 かぼちゃ真丈(しんじょ)・トマトミートソース きんぴら蓮根 里芋とじゃがいものマッシュおかか和え 切昆布と春雨の柚子胡椒サラダ</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>デラックス 649kcal</td><td>17.8g</td><td>15.7g</td><td>111.7g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 460kcal</td><td>11.9g</td><td>10.8g</td><td>82.4g</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	デラックス 649kcal	17.8g	15.7g	111.7g	2.7g	ヘルシー 460kcal	11.9g	10.8g	82.4g	1.9g	<p>4</p> <p>◎ 肉汁ジューシー! キャベツメンチ 合鴨とコロコロニョッキのペペロンチーノ 京風卵の花〜おからと野菜煮〜 切干大根煮 店主おすすめ一品</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>デラックス 818kcal</td><td>20.6g</td><td>31.5g</td><td>106.1g</td><td>3.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 524kcal</td><td>13.6g</td><td>17.9g</td><td>73.3g</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	デラックス 818kcal	20.6g	31.5g	106.1g	3.2g	ヘルシー 524kcal	13.6g	17.9g	73.3g	2.2g															
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 800kcal	25.3g	30.1g	104.4g	3.1g																																																																											
ヘルシー 461kcal	14.4g	13.2g	69.6g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 726kcal	18.0g	25.0g	105.0g	2.8g																																																																											
ヘルシー 461kcal	11.3g	13.7g	71.7g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 649kcal	17.8g	15.7g	111.7g	2.7g																																																																											
ヘルシー 460kcal	11.9g	10.8g	82.4g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 818kcal	20.6g	31.5g	106.1g	3.2g																																																																											
ヘルシー 524kcal	13.6g	17.9g	73.3g	2.2g																																																																											
<p>7</p> <p>◎ ほくし鶏と彩り野菜のカレー煮込み お楽しみの1品 チリソースでピリッと! 海老トースト Wコーンのネギもろみ醤油和え 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>デラックス 661kcal</td><td>19.6g</td><td>17.4g</td><td>104.0g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 492kcal</td><td>12.8g</td><td>15.7g</td><td>73.2g</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	デラックス 661kcal	19.6g	17.4g	104.0g	2.7g	ヘルシー 492kcal	12.8g	15.7g	73.2g	1.8g	<p>8 ★ Special</p> <p>黒トリュフ</p> <p>◎ 黒トリュフ香る唐揚げ 鯖(さば)の和風梅煮あん 豆乳と野菜のふわふわ真丈(しんじょ) フジリンのチリタン風 五目もやしとひじきの和風生姜サラダ</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>デラックス 778kcal</td><td>21.4g</td><td>31.1g</td><td>100.4g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 497kcal</td><td>13.5g</td><td>17.4g</td><td>70.2g</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	デラックス 778kcal	21.4g	31.1g	100.4g	2.4g	ヘルシー 497kcal	13.5g	17.4g	70.2g	1.8g	<p>9</p> <p>◎ 海老カツ・オーロラソース ひき肉たっぷり豆腐麺の黒胡麻担々麺風 大豆とえのきの味噌炒め煮 おまかせの副菜 オクラと山芋のネバネバサラダ</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>デラックス 658kcal</td><td>20.8g</td><td>19.0g</td><td>100.0g</td><td>2.8g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 436kcal</td><td>13.5g</td><td>11.2g</td><td>69.7g</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	デラックス 658kcal	20.8g	19.0g	100.0g	2.8g	ヘルシー 436kcal	13.5g	11.2g	69.7g	2.2g	<p>10 トマトの日</p> <p>リコピン</p> <p>◎ ビーフ入りハンバーグ・トマトソース 栗かぼちゃコロッケ タコ入り! 海鮮チヂミ 小松菜とコーンのバター醤油炒め ブロッコリーと人参のマスタードマリネ</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>デラックス 706kcal</td><td>18.0g</td><td>21.0g</td><td>108.8g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 461kcal</td><td>11.7g</td><td>12.2g</td><td>74.1g</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	デラックス 706kcal	18.0g	21.0g	108.8g	2.4g	ヘルシー 461kcal	11.7g	12.2g	74.1g	1.6g	<p>11 Premium スポーツの日 にちなんで</p> <p>たんぱく質 豊富</p> <p>◎ お肉屋さん豚ヒレカツ・柚子胡椒おろし チャーシューと秋野菜のスタミナ炒め カルシウム豊富! チーズソースで野菜炊き 疲勞回復! 白菜漬ときょうりの塩レモンサラダ 秋の味覚! 巨峰果汁のロールケーキ</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>デラックス 751kcal</td><td>21.6g</td><td>24.3g</td><td>104.7g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 500kcal</td><td>13.5g</td><td>15.0g</td><td>73.0g</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	デラックス 751kcal	21.6g	24.3g	104.7g	2.4g	ヘルシー 500kcal	13.5g	15.0g	73.0g	1.7g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 661kcal	19.6g	17.4g	104.0g	2.7g																																																																											
ヘルシー 492kcal	12.8g	15.7g	73.2g	1.8g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 778kcal	21.4g	31.1g	100.4g	2.4g																																																																											
ヘルシー 497kcal	13.5g	17.4g	70.2g	1.8g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 658kcal	20.8g	19.0g	100.0g	2.8g																																																																											
ヘルシー 436kcal	13.5g	11.2g	69.7g	2.2g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 706kcal	18.0g	21.0g	108.8g	2.4g																																																																											
ヘルシー 461kcal	11.7g	12.2g	74.1g	1.6g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 751kcal	21.6g	24.3g	104.7g	2.4g																																																																											
ヘルシー 500kcal	13.5g	15.0g	73.0g	1.7g																																																																											
<p>14</p> <p>店休日</p>	<p>15 きこの日</p> <p>食物繊維 豊富</p> <p>◎ ごろっとチキン・きのこデミソース 海老イカ海鮮かつ・ネギ塩だれ 三色豆とさつま芋マッシュ ひじき煮 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>デラックス 638kcal</td><td>22.6g</td><td>13.0g</td><td>104.6g</td><td>2.3g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 446kcal</td><td>14.2g</td><td>8.9g</td><td>75.5g</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	デラックス 638kcal	22.6g	13.0g	104.6g	2.3g	ヘルシー 446kcal	14.2g	8.9g	75.5g	1.7g	<p>16 アジアングルメフェア</p> <p>韓国 中国</p> <p>◎ ヤンニョムチキン〜韓国甘辛唐揚げ〜 ◎ 鱈(たら)の油淋鶏ソース〜香味甘酢グレ〜 ちくわのエスニック風カレーマヨ揚げ 鶏そぼろとパプリカのカパオ風炒め ヤムウンセン(タイ春雨サラダ)風</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>デラックス 747kcal</td><td>23.3g</td><td>25.3g</td><td>103.7g</td><td>2.3g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 499kcal</td><td>14.9g</td><td>15.3g</td><td>73.2g</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	デラックス 747kcal	23.3g	25.3g	103.7g	2.3g	ヘルシー 499kcal	14.9g	15.3g	73.2g	1.7g	<p>17</p> <p>◎ ガツンとジューシーメンチ! 柚子胡椒ソース カルシウム豊富 あじの南蛮漬け 大根のカニ風味あんかけ きのこ彩り野菜の甘辛炒め 花野菜のオニオンサラダ</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>デラックス 719kcal</td><td>19.6g</td><td>22.6g</td><td>104.8g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 459kcal</td><td>12.4g</td><td>12.2g</td><td>71.9g</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	デラックス 719kcal	19.6g	22.6g	104.8g	2.7g	ヘルシー 459kcal	12.4g	12.2g	71.9g	1.6g	<p>18</p> <p>宮崎県</p> <p>◎ 宮崎郷土料理チキン南蛮風・タルタル添え 海老とれんごんの落とし揚げ・和風あん 大豆と野菜の山椒炒め煮 しいたけの旨味香る 若竹煮風 白菜漬とコーンの昆布ポン酢ジュレ</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>デラックス 712kcal</td><td>23.0g</td><td>23.0g</td><td>101.5g</td><td>3.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 463kcal</td><td>14.8g</td><td>13.1g</td><td>70.7g</td><td>2.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	デラックス 712kcal	23.0g	23.0g	101.5g	3.2g	ヘルシー 463kcal	14.8g	13.1g	70.7g	2.3g															
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 638kcal	22.6g	13.0g	104.6g	2.3g																																																																											
ヘルシー 446kcal	14.2g	8.9g	75.5g	1.7g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 747kcal	23.3g	25.3g	103.7g	2.3g																																																																											
ヘルシー 499kcal	14.9g	15.3g	73.2g	1.7g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 719kcal	19.6g	22.6g	104.8g	2.7g																																																																											
ヘルシー 459kcal	12.4g	12.2g	71.9g	1.6g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 712kcal	23.0g	23.0g	101.5g	3.2g																																																																											
ヘルシー 463kcal	14.8g	13.1g	70.7g	2.3g																																																																											
<p>21</p> <p>リコピン</p> <p>◎ とろとろ牛すじ入りコグ旨トマトシチュー お楽しみの揚げ物 鏡子名物カレーボール 山菜と油揚げの煮物 チリポテトサラダ</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>デラックス 634kcal</td><td>17.3g</td><td>17.0g</td><td>96.4g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 436kcal</td><td>11.8g</td><td>11.3g</td><td>68.8g</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	デラックス 634kcal	17.3g	17.0g	96.4g	2.7g	ヘルシー 436kcal	11.8g	11.3g	68.8g	2.0g	<p>22</p> <p>◎ 豚肉の生姜焼き・野菜添え イカメンチとたっぷり野菜の具沢山カツ 黒胡椒香る! ハムステーキ ごぼろとこんにゃくの梅味噌サラダ 店主おすすめ一品</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>デラックス 679kcal</td><td>17.0g</td><td>20.7g</td><td>104.8g</td><td>2.9g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 457kcal</td><td>11.5g</td><td>13.2g</td><td>71.8g</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	デラックス 679kcal	17.0g	20.7g	104.8g	2.9g	ヘルシー 457kcal	11.5g	13.2g	71.8g	1.9g	<p>23</p> <p>◎ デミグラス煮込みハンバーグ・バジルパスタ添え 白身魚フライ・アンチョビソース ツナとブロッコリーのコンソメ煮 切干大根煮 Wコーンのオリエンタルサラダ</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>デラックス 604kcal</td><td>17.3g</td><td>14.3g</td><td>99.2g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 409kcal</td><td>11.6g</td><td>8.7g</td><td>69.6g</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	デラックス 604kcal	17.3g	14.3g	99.2g	2.5g	ヘルシー 409kcal	11.6g	8.7g	69.6g	1.8g	<p>24 ★ Special</p> <p>◎ 海老フライ・ネギマヨサクサク醤油 ◎ 合鴨とごごろ野菜のデミグラス煮込み 粗挽きつくね・5種果汁のおろしソース 鮭と小松菜の豆乳炒め煮 白菜漬のピリ辛サラダ</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>デラックス 688kcal</td><td>16.9g</td><td>21.2g</td><td>99.7g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 466kcal</td><td>11.8g</td><td>14.1g</td><td>69.1g</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	デラックス 688kcal	16.9g	21.2g	99.7g	2.7g	ヘルシー 466kcal	11.8g	14.1g	69.1g	1.9g	<p>25</p> <p>◎ サックとチキンカツ・ごま味噌ダレ イカ団子と根菜の甘辛だれ 高野豆腐の麻婆中華あん おまかせの副菜 昆布と生菜のサラダ</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>デラックス 668kcal</td><td>21.1g</td><td>17.5g</td><td>106.7g</td><td>3.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 447kcal</td><td>14.0g</td><td>10.9g</td><td>72.8g</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	デラックス 668kcal	21.1g	17.5g	106.7g	3.1g	ヘルシー 447kcal	14.0g	10.9g	72.8g	2.0g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 634kcal	17.3g	17.0g	96.4g	2.7g																																																																											
ヘルシー 436kcal	11.8g	11.3g	68.8g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 679kcal	17.0g	20.7g	104.8g	2.9g																																																																											
ヘルシー 457kcal	11.5g	13.2g	71.8g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 604kcal	17.3g	14.3g	99.2g	2.5g																																																																											
ヘルシー 409kcal	11.6g	8.7g	69.6g	1.8g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 688kcal	16.9g	21.2g	99.7g	2.7g																																																																											
ヘルシー 466kcal	11.8g	14.1g	69.1g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 668kcal	21.1g	17.5g	106.7g	3.1g																																																																											
ヘルシー 447kcal	14.0g	10.9g	72.8g	2.0g																																																																											
<p>28</p> <p>シアード</p> <p>◎ 海老フリッターのシーフードカレー風 豚肉入り! 8品目のパリパリ中華春巻き 竹の子とピーマンの明太子炒め ひじき煮 バジルマカロニサラダ</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>デラックス 817kcal</td><td>16.5g</td><td>32.4g</td><td>111.3g</td><td>2.9g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 526kcal</td><td>11.2g</td><td>18.8g</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	デラックス 817kcal	16.5g	32.4g	111.3g	2.9g	ヘルシー 526kcal	11.2g	18.8g	75.9g	2.1g	<p>29</p> <p>スタミナ</p> <p>◎ 鶏肉と野菜の焼肉タレ炒め アブラガレイ・バター醤油だれ キャベツの銀りま 高菜入り! ごま油香るマッシュポテト 切干ときのこの柚子なます</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>デラックス 611kcal</td><td>20.8g</td><td>15.3g</td><td>96.1g</td><td>2.6g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 418kcal</td><td>13.8g</td><td>8.7g</td><td>69.4g</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	デラックス 611kcal	20.8g	15.3g	96.1g	2.6g	ヘルシー 418kcal	13.8g	8.7g	69.4g	2.0g	<p>30</p> <p>◎ カニとトマトのクリームコロッケ 甘辛豚の韓国風ピリ辛チャプチェ 花がんと煮物の煮物 かぶとコーンの白和え きょうもやしと春雨の中華サラダ</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>デラックス 761kcal</td><td>13.6g</td><td>27.4g</td><td>111.5g</td><td>3.3g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 490kcal</td><td>9.6g</td><td>15.7g</td><td>75.3g</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	デラックス 761kcal	13.6g	27.4g	111.5g	3.3g	ヘルシー 490kcal	9.6g	15.7g	75.3g	2.1g	<p>31 Premium ハロウィン</p> <p>◎ チーズインハンバーグかぼちゃサラダ添え ◎ フライドチキン・ハロウィン秋色タルタル そぼろと旬野菜の真っ赤なトマト煮 広島菜入り! こんにゃくの和風麻婆色サラダ フロマージュ風味のプチケーキ</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>デラックス 842kcal</td><td>22.1g</td><td>35.9g</td><td>105.2g</td><td>3.0g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 540kcal</td><td>13.7g</td><td>20.8g</td><td>72.7g</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	デラックス 842kcal	22.1g	35.9g	105.2g	3.0g	ヘルシー 540kcal	13.7g	20.8g	72.7g	2.0g																
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 817kcal	16.5g	32.4g	111.3g	2.9g																																																																											
ヘルシー 526kcal	11.2g	18.8g	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																																																																											
デラックス 611kcal	20.8g	15.3g	96.1g	2.6g																																																																											
ヘルシー 418kcal	13.8g	8.7g	69.4g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 761kcal	13.6g	27.4g	111.5g	3.3g																																																																											
ヘルシー 490kcal	9.6g	15.7g	75.3g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量																																																																											
デラックス 842kcal	22.1g	35.9g	105.2g	3.0g																																																																											
ヘルシー 540kcal	13.7g	20.8g	72.7g	2.0g																																																																											

◎マークは写真で紹介しているメニューです。

厳選国産
十六穀ご飯
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

Special

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。

魅力的なおかずを盛り込んだ
スペシャルメニューです。

※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。 ※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。