

10月日替わりメニュー

管理栄養士が考えた

2024
October

本品に使用しているアレルギー物質表 (本品は卵・乳成分・小麦を含む製品と共通の設備で製造しています。)

月 火 水 木 金

1

肉Week!

9.9.9.9 中華 9.9.9.9

香味野菜が決め手 サクサク油淋鶏(ユウリンチー)
イカとオクラの落とし揚げ・そぼろあん
高野豆腐と花麩の煮物
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

10月1日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

2

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

10月2日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

3

黒酢の酢豚
かばちや真丈(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

10月3日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

4

肉汁ジュシー! 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
京風卯の花〜おからと野菜煮〜
切干大根煮
店主おすすめ1品

10月4日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

7

ほぐし鶏と彩り野菜のカレー煮込み
お楽しみ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

10月7日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

8

★ Special

黒トリュフ
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)
フジリクのナポリタン風
五目もやしとひじきの和風生姜サラダ

10月8日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

9

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
オクラと山芋のバナバサラダ

10月9日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

10

トマトの日

ピープ入りハンバーグ・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
オクラと人参の副菜マスタードマリネ

10月10日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

11

Premium

お肉屋さんの豚ヒレカツ・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餃子
疲労回復! 白菜漬ときゅうりの塩しんモンサラダ
秋の味覚"巨峰"果汁のロールケーキ

10月11日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

14

店休日

15

きのこの日

ごろっとチキン・きのこデミソース
海老イカ海鮮カツ・ネギ塩だれ
三色豆とぎつま芋マッシュ
ひじき煮
マカロニサラダ

10月15日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

16

アジアングルメフェア

ヤンニョムチキン〜韓国甘辛唐揚げ〜
鱧(たら)の油淋鶏ソース〜香味甘酢ダレ〜
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ババオ風炒め
ヤムウンセン(タイ春雨サラダ)風

10月16日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

17

ガツンとジュシーメンチ! 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
きのこと彩り野菜の甘辛炒め
花芽菜のオニオンサラダ

10月17日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

18

宮崎県

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

10月18日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

21

リコピン

とろとろ牛すじ入りコク旨トマトシチュー
お楽しみ揚げ物
銚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

10月21日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

22

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
ごぼうとこんにゃくの黒味噌サラダ
店主おすすめ1品

10月22日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

23

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

10月23日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

24

★ Special

海老フライ・ネギマヨサクサク醤油
合鴨とごころ野菜のデミグラス煮込み
粗挽きつね・5種果汁のおろしソース
紐と小松菜の豆乳炒め煮
白菜漬のピリ辛サラダ

10月24日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

25

サクッとチキンカツ・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
昆布と生姜のサラダ

10月25日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

28

シーフード

海老フリッターのシーフードカレー風
豚肉入り! 8品目のバリバリ中華春巻き
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

10月28日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

29

スタミナ

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
キャベツの練り天
高菜入り! ごま油香るマッシュポテト
切干ときこの柚子なます

10月29日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

30

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ブチェ
花がんと煮物
かぶとコーンの白和え
茎わかめときゅうりの中華サラダ

10月30日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド

31

Premium

ハロウィン

チーズインハンバーグかばちやサラダ添え
フライドチキン・ハロウィン秋色タルタル
そばろと旬野菜の真っ赤なトマト煮
広島菜入り! こんにゃくの和風魔法色サラダ
フロアージュ風味のプチケーキ

10月31日 使用しているアレルギー物質(色のついてるものを使用しています。)

卵	乳	小麦	落花生	そば	えび	かに
くるみ	大豆	いくら	カシューナッツ	やまいも	ごま	キウイ
バナナ	もも	りんご	オレンジ	ゼラチン	鶏肉	牛肉
豚肉	鮭	いか	あわび	さば	ワガママナツ	アーモンド