

8月 日替わりメニュー

管理栄養士が考えた

2024 August

月	火	水	木	金																																																																											
			1	2																																																																											
			 <p>1 海老フライ・マスタードマヨネーズ ほろほろ豚肉のトマトシチュー きんぴら蓮根 わかめと昆布の生姜和え 店主おすすめサラダ</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 615kcal</td><td>15.6g</td><td>15.0g</td><td>101.5g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 420kcal</td><td>10.2g</td><td>9.4g</td><td>72.2g</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	デラックス 615kcal	15.6g	15.0g	101.5g	2.5g	ヘルシー 420kcal	10.2g	9.4g	72.2g	2.0g	 <p>2 宮崎県産 鶏肉 宮崎郷土料理チキン南蛮風・タルタル添え 香ばし醤油の焼きもろこし天・カニカマ中華あん スナックエンドウとパプリカのオイスター炒め おまかせの副菜 オクラと山芋の昆布ボン酢ジュレサラダ</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 739kcal</td><td>18.6g</td><td>27.2g</td><td>102.4g</td><td>2.6g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 475kcal</td><td>12.3g</td><td>15.4g</td><td>70.0g</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	デラックス 739kcal	18.6g	27.2g	102.4g	2.6g	ヘルシー 475kcal	12.3g	15.4g	70.0g	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 615kcal	15.6g	15.0g	101.5g	2.5g																																																																											
ヘルシー 420kcal	10.2g	9.4g	72.2g	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 739kcal	18.6g	27.2g	102.4g	2.6g																																																																											
ヘルシー 475kcal	12.3g	15.4g	70.0g	1.9g																																																																											
5	6	7	8	9																																																																											
 <p>5 バターチキンカレー煮込み 磯の香広がる裏切らない旨さ白身魚フライ 大根の麻婆そぼろあん きのこのパジル炒め チリマカロニサラダ</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 676kcal</td><td>21.9g</td><td>19.2g</td><td>100.5g</td><td>2.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 479kcal</td><td>14.8g</td><td>13.7g</td><td>71.8g</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 676kcal	21.9g	19.2g	100.5g	2.2g	ヘルシー 479kcal	14.8g	13.7g	71.8g	1.7g	 <p>6 Premium 東北三大祭り ハンバーグ〜和田(わだ)バラ焼き風ソース〜 津軽名物! いがめんち(イカメンチカツ) お祭りの定番! たこ焼き 夏野菜のさっぱり青じそサラダ 真っ赤なりんご餡を包んだ水まんじゅう</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 823kcal</td><td>23.7g</td><td>29.3g</td><td>113.9g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 851kcal</td><td>14.8g</td><td>17.8g</td><td>81.2g</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 823kcal	23.7g	29.3g	113.9g	2.7g	ヘルシー 851kcal	14.8g	17.8g	81.2g	1.8g	 <p>7 豚唐揚げと揚げなすのスタミナ炒め お楽しみ1品 新鮮野菜と豆腐のちぎり揚げ ひじき煮 ヤングコーンとオクラの梅サラダ</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 648kcal</td><td>17.9g</td><td>19.2g</td><td>97.8g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 457kcal</td><td>12.5g</td><td>13.2g</td><td>70.4g</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 648kcal	17.9g	19.2g	97.8g	2.4g	ヘルシー 457kcal	12.5g	13.2g	70.4g	1.9g	 <p>8 Special 鳥取県産 紅ズワイ蟹 紅ズワイ蟹クリームコロッケ 合鴨とコロコロニョッキのペロロンチーノ 鏡子名物カレーボール 芋づる・ぜんまいとこんにゃくの和え物 白菜漬とひじきのピリ辛サラダ</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 747kcal</td><td>15.0g</td><td>25.4g</td><td>107.5g</td><td>3.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 472kcal</td><td>10.1g</td><td>13.9g</td><td>72.9g</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	デラックス 747kcal	15.0g	25.4g	107.5g	3.1g	ヘルシー 472kcal	10.1g	13.9g	72.9g	2.2g	 <p>9 ハンバーグの日 とろ〜りエッグハンバーグ・BBQソース さばと紅芯大根の鮮やかマリネ ちくわ風揚げ マッシュルームの生薬炒め ごぼうときゅうりのマスタードサラダ</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 714kcal</td><td>22.2g</td><td>22.2g</td><td>102.4g</td><td>2.3g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 474kcal</td><td>13.7g</td><td>12.9g</td><td>73.1g</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 714kcal	22.2g	22.2g	102.4g	2.3g	ヘルシー 474kcal	13.7g	12.9g	73.1g	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 676kcal	21.9g	19.2g	100.5g	2.2g																																																																											
ヘルシー 479kcal	14.8g	13.7g	71.8g	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 823kcal	23.7g	29.3g	113.9g	2.7g																																																																											
ヘルシー 851kcal	14.8g	17.8g	81.2g	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 648kcal	17.9g	19.2g	97.8g	2.4g																																																																											
ヘルシー 457kcal	12.5g	13.2g	70.4g	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 747kcal	15.0g	25.4g	107.5g	3.1g																																																																											
ヘルシー 472kcal	10.1g	13.9g	72.9g	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 714kcal	22.2g	22.2g	102.4g	2.3g																																																																											
ヘルシー 474kcal	13.7g	12.9g	73.1g	1.6g																																																																											
12	13	14	15	16																																																																											
<p>店休日</p>	 <p>13 ガツンとジュシーメンチ・ソース イカとオクラの落し揚げ・中華あん 竹の子とピーマンの明太子炒め 切干大根煮 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 758kcal</td><td>18.6g</td><td>26.5g</td><td>107.7g</td><td>3.0g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 498kcal</td><td>12.1g</td><td>15.2g</td><td>74.7g</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 758kcal	18.6g	26.5g	107.7g	3.0g	ヘルシー 498kcal	12.1g	15.2g	74.7g	2.1g	 <p>14 名古屋めし 三元豚の味噌カツ風 肉団子と彩り野菜の柚子胡椒ダレ 花がんもの煮物 里芋とかぼちゃのマヨネーズ和え 豆もやしとインゲンの中華サラダ</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 728kcal</td><td>19.0g</td><td>24.7g</td><td>102.9g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 482kcal</td><td>12.4g</td><td>15.1g</td><td>71.2g</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 728kcal	19.0g	24.7g	102.9g	2.5g	ヘルシー 482kcal	12.4g	15.1g	71.2g	1.9g	 <p>15 中華の日 黒酢の鶏胸肉〜鶏肉と野菜の黒酢ダレ〜 チリソースで味わう海老イカ海鮮メンチ 揚げ餃子・ピーナツダレ 小松菜の黒胡麻ナムル 玉子入り春雨サラダ</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 783kcal</td><td>20.1g</td><td>29.1g</td><td>105.8g</td><td>2.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 519kcal</td><td>12.8g</td><td>17.7g</td><td>73.4g</td><td>1.5g</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 783kcal	20.1g	29.1g	105.8g	2.1g	ヘルシー 519kcal	12.8g	17.7g	73.4g	1.5g	 <p>16 豚しゃぶのさっぱり梅ネギダレ ごま油香る! 塩じゃがコロッケ 粗挽きひちくつくね・甘辛ダレ チンゲン菜とえのきの生薬炒め ツナとヤング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 658kcal</td><td>17.4g</td><td>20.0g</td><td>100.0g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 456kcal</td><td>12.1g</td><td>13.6g</td><td>69.8g</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 658kcal	17.4g	20.0g	100.0g	2.7g	ヘルシー 456kcal	12.1g	13.6g	69.8g	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 758kcal	18.6g	26.5g	107.7g	3.0g																																																																											
ヘルシー 498kcal	12.1g	15.2g	74.7g	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 728kcal	19.0g	24.7g	102.9g	2.5g																																																																											
ヘルシー 482kcal	12.4g	15.1g	71.2g	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 783kcal	20.1g	29.1g	105.8g	2.1g																																																																											
ヘルシー 519kcal	12.8g	17.7g	73.4g	1.5g																																																																											
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	17.4g	20.0g	100.0g	2.7g																																																																											
ヘルシー 456kcal	12.1g	13.6g	69.8g	1.9g																																																																											
19	20	21	22	23																																																																											
 <p>19 ピーフ入りハンバーグ・もろみ醤油 洋風春巻き! マルゲリータピザロール 切干大根と昆布のピリ辛煮 かぶと高菜のごま和え 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 730kcal</td><td>18.7g</td><td>24.0g</td><td>113.9g</td><td>2.6g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 483kcal</td><td>12.0g</td><td>14.7g</td><td>80.5g</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 730kcal	18.7g	24.0g	113.9g	2.6g	ヘルシー 483kcal	12.0g	14.7g	80.5g	2.0g	 <p>20 緑日フェア サクッと鶏電田・甘辛焼き鳥たれ 屋台の定番! 焼きそば〜豆腐麺で豚風味〜 お好み焼き風 キャベツ天 揚げじゃがバター 柚子香る! きゅうりの浅漬け風サラダ</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>デラックス 742kcal</td><td>20.5g</td><td>25.0g</td><td>103.3g</td><td>3.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 480kcal</td><td>13.7g</td><td>13.7g</td><td>72.5g</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 742kcal	20.5g	25.0g	103.3g	3.1g	ヘルシー 480kcal	13.7g	13.7g	72.5g	2.2g	 <p>21 牛すじ肉のこってり味噌煮〜土手煮風〜 お楽しみ揚げ物 京風卯の花〜おからと野菜〜 Wコーンの豆乳クリーム 花野菜のオニオンスラダ</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 650kcal</td><td>14.2g</td><td>19.6g</td><td>102.9g</td><td>2.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 433kcal</td><td>10.2g</td><td>11.4g</td><td>71.3g</td><td>1.5g</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 650kcal	14.2g	19.6g	102.9g	2.1g	ヘルシー 433kcal	10.2g	11.4g	71.3g	1.5g	 <p>22 初夏(暑さが峠を超える頃) キャベツメンチ・すだち果汁入りおろしソース 鮮〜しゅとさつま芋のオイスターマヨネーズ炒め 鮭と大根の中華煮 カラフルお豆の白和え 広島菜とれんこんの赤しそサラダ</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 806kcal</td><td>20.5g</td><td>29.6g</td><td>111.8g</td><td>3.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 517kcal</td><td>13.3g</td><td>16.0g</td><td>77.6g</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 806kcal	20.5g	29.6g	111.8g	3.1g	ヘルシー 517kcal	13.3g	16.0g	77.6g	2.0g	 <p>23 Special 蟹肉 蟹肉揚揚〜4種海鮮お出汁〜 鱈(あじ)の野菜たっぷり和風あん 豆乳と野菜のふわふわ真実(しんじゆ) きのこの柚子胡椒炒め 水菜とよしの梅おかつサラダ</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 732kcal</td><td>22.7g</td><td>27.0g</td><td>96.0g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 467kcal</td><td>14.0g</td><td>15.1g</td><td>66.7g</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	デラックス 732kcal	22.7g	27.0g	96.0g	2.5g	ヘルシー 467kcal	14.0g	15.1g	66.7g	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 730kcal	18.7g	24.0g	113.9g	2.6g																																																																											
ヘルシー 483kcal	12.0g	14.7g	80.5g	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 742kcal	20.5g	25.0g	103.3g	3.1g																																																																											
ヘルシー 480kcal	13.7g	13.7g	72.5g	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 650kcal	14.2g	19.6g	102.9g	2.1g																																																																											
ヘルシー 433kcal	10.2g	11.4g	71.3g	1.5g																																																																											
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 806kcal	20.5g	29.6g	111.8g	3.1g																																																																											
ヘルシー 517kcal	13.3g	16.0g	77.6g	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 732kcal	22.7g	27.0g	96.0g	2.5g																																																																											
ヘルシー 467kcal	14.0g	15.1g	66.7g	1.8g																																																																											
26	27	28	29	30																																																																											
 <p>26 海老カツ・ソース 鶏肉とアボカドのすりおろし野菜ドレッシング さつま芋とかぼちゃのマスタード和え ひじき煮 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>デラックス 616kcal</td><td>18.8g</td><td>13.7g</td><td>102.8g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 421kcal</td><td>11.9g</td><td>8.5g</td><td>73.2g</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 616kcal	18.8g	13.7g	102.8g	2.5g	ヘルシー 421kcal	11.9g	8.5g	73.2g	1.9g	 <p>27 リコピン 真っ赤なトマトのハヤシビーフ煮込み 白身魚フライ・山椒風味 野菜もたっぷり揚げ餃子 わかめとネギのサクサク醤油炒め 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>デラックス 626kcal</td><td>15.8g</td><td>16.0g</td><td>98.2g</td><td>2.6g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 442kcal</td><td>10.7g</td><td>11.3g</td><td>69.7g</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 626kcal	15.8g	16.0g	98.2g	2.6g	ヘルシー 442kcal	10.7g	11.3g	69.7g	1.9g	 <p>28 チキンカツ・ネギ塩だれ 7品目具材入り豆腐ハンバーグ・和風あん ピーマン肉味噌炒め 切干大根煮 小松菜とヤングコーンのもろみサラダ</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 711kcal</td><td>19.7g</td><td>24.4g</td><td>100.5g</td><td>3.0g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 460kcal</td><td>12.7g</td><td>13.6g</td><td>70.0g</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	デラックス 711kcal	19.7g	24.4g	100.5g	3.0g	ヘルシー 460kcal	12.7g	13.6g	70.0g	2.0g	 <p>29 Premium 焼肉の日 がっつり肉感! 牛カツ・焼肉味 コニヤクで〜合鴨のさっぱり冷麺風〜 海鮮チヂミ・コチュジャンおろし 白菜漬のさっぱり柚子サラダ 焼肉の日に〜涼やか抹茶わらび餅〜</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 743kcal</td><td>16.6g</td><td>24.0g</td><td>108.7g</td><td>3.3g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 493kcal</td><td>10.7g</td><td>13.5g</td><td>78.3g</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 743kcal	16.6g	24.0g	108.7g	3.3g	ヘルシー 493kcal	10.7g	13.5g	78.3g	2.1g	 <p>30 鶏肉となすの塩レモンバター炒め 帆立風味フライ・タルタル 大豆と水菜の甘辛ネギ和え おまかせの副菜 アロココリーと人参の3種チーズシーザーサラダ</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 681kcal</td><td>22.2g</td><td>20.1g</td><td>99.3g</td><td>2.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 457kcal</td><td>14.5g</td><td>12.1g</td><td>71.0g</td><td>1.5g</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 681kcal	22.2g	20.1g	99.3g	2.1g	ヘルシー 457kcal	14.5g	12.1g	71.0g	1.5g
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 616kcal	18.8g	13.7g	102.8g	2.5g																																																																											
ヘルシー 421kcal	11.9g	8.5g	73.2g	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 626kcal	15.8g	16.0g	98.2g	2.6g																																																																											
ヘルシー 442kcal	10.7g	11.3g	69.7g	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 711kcal	19.7g	24.4g	100.5g	3.0g																																																																											
ヘルシー 460kcal	12.7g	13.6g	70.0g	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 743kcal	16.6g	24.0g	108.7g	3.3g																																																																											
ヘルシー 493kcal	10.7g	13.5g	78.3g	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 681kcal	22.2g	20.1g	99.3g	2.1g																																																																											
ヘルシー 457kcal	14.5g	12.1g	71.0g	1.5g																																																																											

◎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

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。

※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。