

7

管理栄養士が考えた

月日替わりメニュー

2023
July

月	火	水	木	金																																																																											
3  北海道産牛乳・玉葱 北海道産玉葱と牛乳使用！ペーコンのオニオンクリームコロッケ ピリッとしびれる！鶏肉の麻練（マール）炒め スパイシー肉団子〜黒酢あん〜 切干大根煮 店主おすすめの1品 <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 497kcal</td> <td>13.0g</td> <td>17.4g</td> <td>78.0g</td> <td>2.1g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 734kcal</td> <td>18.5g</td> <td>29.7g</td> <td>111.0g</td> <td>2.8g</td> </tr> </tbody> </table>	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	13.0g	17.4g	78.0g	2.1g	デラックス 734kcal	18.5g	29.7g	111.0g	2.8g	4  チキン大葉フライ・ソース 海老とれんこんの落とし揚げ・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 サーモンと小松菜の豆乳炒め煮 ポテトサラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 448kcal</td> <td>13.2g</td> <td>21.5g</td> <td>70.4g</td> <td>1.9g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 668kcal</td> <td>20.9g</td> <td>29.0g</td> <td>99.8g</td> <td>2.7g</td> </tr> </tbody> </table>	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 448kcal	13.2g	21.5g	70.4g	1.9g	デラックス 668kcal	20.9g	29.0g	99.8g	2.7g	5  キャベツまるっとメンチ・会津若松風ソース 生薑入り豆腐ステーキ・梅あんかけ ピリ辛こんにゃくの炒め煮 食物繊維豊富！ヘルシーきのこの中華風マリネ さつま芋とかぼちゃのバターナッツサラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 519kcal</td> <td>11.4g</td> <td>17.1g</td> <td>77.3g</td> <td>2.2g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 802kcal</td> <td>17.6g</td> <td>31.1g</td> <td>108.8g</td> <td>3.0g</td> </tr> </tbody> </table>	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 519kcal	11.4g	17.1g	77.3g	2.2g	デラックス 802kcal	17.6g	31.1g	108.8g	3.0g	6  海老カツ・BBQソース 軟骨入り鶏つくね・お出汁ごまあん 大豆と生昆布の煮物 おまかせの副菜 ヤングコーンとパプリカのマスタードサラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 437kcal</td> <td>15.0g</td> <td>10.1g</td> <td>70.0g</td> <td>2.1g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 656kcal</td> <td>23.9g</td> <td>16.9g</td> <td>99.2g</td> <td>3.1g</td> </tr> </tbody> </table>	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 437kcal	15.0g	10.1g	70.0g	2.1g	デラックス 656kcal	23.9g	16.9g	99.2g	3.1g	7  Premium 七夕  直火焼きチーズインハンバーグ・和風オニオンソース 合鴨と豆腐麺の天の川風黒胡麻担々混ぜそば 柚子胡椒香る 豆乳と野菜のふわふわ真丈（しんじょう） 星形オクラとカニカマのキラキラ七夕サラダ 天の川を包んだソーダ水まんじゅう <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 478kcal</td> <td>12.9g</td> <td>13.7g</td> <td>73.3g</td> <td>1.8g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 713kcal</td> <td>20.5g</td> <td>24.2g</td> <td>99.9g</td> <td>2.7g</td> </tr> </tbody> </table>	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 478kcal	12.9g	13.7g	73.3g	1.8g	デラックス 713kcal	20.5g	24.2g	99.9g	2.7g
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	13.0g	17.4g	78.0g	2.1g																																																																											
デラックス 734kcal	18.5g	29.7g	111.0g	2.8g																																																																											
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 448kcal	13.2g	21.5g	70.4g	1.9g																																																																											
デラックス 668kcal	20.9g	29.0g	99.8g	2.7g																																																																											
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 519kcal	11.4g	17.1g	77.3g	2.2g																																																																											
デラックス 802kcal	17.6g	31.1g	108.8g	3.0g																																																																											
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 437kcal	15.0g	10.1g	70.0g	2.1g																																																																											
デラックス 656kcal	23.9g	16.9g	99.2g	3.1g																																																																											
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 478kcal	12.9g	13.7g	73.3g	1.8g																																																																											
デラックス 713kcal	20.5g	24.2g	99.9g	2.7g																																																																											
10  夏トマトと牛肉のすき煮 お楽しみの1品 切干大根と野沢菜の中華炒め 竹の子と春菊の生薑昆布和え マカロニサラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 479kcal</td> <td>12.6g</td> <td>15.5g</td> <td>69.9g</td> <td>2.3g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 715kcal</td> <td>19.6g</td> <td>25.6g</td> <td>98.5g</td> <td>3.2g</td> </tr> </tbody> </table>	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 479kcal	12.6g	15.5g	69.9g	2.3g	デラックス 715kcal	19.6g	25.6g	98.5g	3.2g	11  国産チキンカツ・さっぱり瀬戸内レモンソース とろ〜り甘辛あんかけのホタテの旨み真丈（しんじょう） 大根とふんわりきくらぶの煮物 きんぴら蓮根 春雨と彩り野菜のピリ辛サラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 491kcal</td> <td>13.7g</td> <td>13.7g</td> <td>76.5g</td> <td>2.7g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 758kcal</td> <td>22.6g</td> <td>25.0g</td> <td>108.0g</td> <td>4.0g</td> </tr> </tbody> </table>	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 491kcal	13.7g	13.7g	76.5g	2.7g	デラックス 758kcal	22.6g	25.0g	108.0g	4.0g	12  ハンバーグ〜デミグラスソース煮込み〜 メキシコ料理！チーズ入りタコス風春巻き キャベツ入り揚げ天 わかめとネギのサクサク醤油炒め ごぼうのカレーマヨサラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 460kcal</td> <td>13.0g</td> <td>12.4g</td> <td>72.2g</td> <td>2.4g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 669kcal</td> <td>19.0g</td> <td>18.6g</td> <td>103.6g</td> <td>3.1g</td> </tr> </tbody> </table>	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 460kcal	13.0g	12.4g	72.2g	2.4g	デラックス 669kcal	19.0g	18.6g	103.6g	3.1g	13  Special  五島瀬沖海水塩使用！こだわりの唐揚げ 味染み野菜ナムルの旨メン牛肉ビビンバ きのこの塩バター炒め 大根の旨辛香味和え さつま芋の胡麻×コマサラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 460kcal</td> <td>10.8g</td> <td>18.3g</td> <td>73.5g</td> <td>2.0g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 682kcal</td> <td>16.6g</td> <td>27.8g</td> <td>101.7g</td> <td>2.8g</td> </tr> </tbody> </table>	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 460kcal	10.8g	18.3g	73.5g	2.0g	デラックス 682kcal	16.6g	27.8g	101.7g	2.8g	14  海老フリッター・シーザーソース仕立て〜カラル野菜添え〜 磯の香広がる裏切らない旨さ白身魚フライ 肉をばらと旬ピーマンの旨辛炒め ひじき煮 たまきくらげといんげんの和サラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 461kcal</td> <td>13.4g</td> <td>22.5g</td> <td>75.0g</td> <td>2.1g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 731kcal</td> <td>18.7g</td> <td>36.5g</td> <td>104.9g</td> <td>2.6g</td> </tr> </tbody> </table>	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	13.4g	22.5g	75.0g	2.1g	デラックス 731kcal	18.7g	36.5g	104.9g	2.6g
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 479kcal	12.6g	15.5g	69.9g	2.3g																																																																											
デラックス 715kcal	19.6g	25.6g	98.5g	3.2g																																																																											
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 491kcal	13.7g	13.7g	76.5g	2.7g																																																																											
デラックス 758kcal	22.6g	25.0g	108.0g	4.0g																																																																											
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 460kcal	13.0g	12.4g	72.2g	2.4g																																																																											
デラックス 669kcal	19.0g	18.6g	103.6g	3.1g																																																																											
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 460kcal	10.8g	18.3g	73.5g	2.0g																																																																											
デラックス 682kcal	16.6g	27.8g	101.7g	2.8g																																																																											
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	13.4g	22.5g	75.0g	2.1g																																																																											
デラックス 731kcal	18.7g	36.5g	104.9g	2.6g																																																																											
17 店休日	18  黒豚の酢豚 香ばし醤油の焼きこし天 ハムステーキ 芽つととぜんまいの辛味噌和え ポテトサラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 567kcal</td> <td>12.8g</td> <td>29.4g</td> <td>82.3g</td> <td>1.6g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 813kcal</td> <td>17.5g</td> <td>41.6g</td> <td>121.0g</td> <td>2.0g</td> </tr> </tbody> </table>	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 567kcal	12.8g	29.4g	82.3g	1.6g	デラックス 813kcal	17.5g	41.6g	121.0g	2.0g	19  Special  サクッとカニ爪フライ・ソース スペイン料理！合鴨とニョッキのアヒージョ風 粗挽きひとくちつくね・味噌だれ 水菜と豆もやしのナムル サラダこんにゃくと小松菜の梅サラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 506kcal</td> <td>14.6g</td> <td>22.5g</td> <td>73.0g</td> <td>2.2g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 749kcal</td> <td>22.4g</td> <td>37.7g</td> <td>105.7g</td> <td>2.9g</td> </tr> </tbody> </table>	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 506kcal	14.6g	22.5g	73.0g	2.2g	デラックス 749kcal	22.4g	37.7g	105.7g	2.9g	20  宮崎郷土料理チキン南蛮風・タルタル添え 四川風焼肉たっぷり麻婆茄子 静岡名物！黒はんぺんフライ 芽キャベツのトマト煮 食物繊維豊富！おかからとコーンの和風サラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 523kcal</td> <td>14.5g</td> <td>18.6g</td> <td>72.5g</td> <td>2.0g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 858kcal</td> <td>24.6g</td> <td>37.2g</td> <td>103.4g</td> <td>3.1g</td> </tr> </tbody> </table>	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 523kcal	14.5g	18.6g	72.5g	2.0g	デラックス 858kcal	24.6g	37.2g	103.4g	3.1g	21  豚しゃぶの明太おろしダレ エビ入り！プリプリイカカツ・塩だれ ブロック入りとエリンギの生姜炒め ねばねば山芋のおひたし 店主おすすめのサラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 436kcal</td> <td>12.2g</td> <td>10.5g</td> <td>70.4g</td> <td>2.3g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 651kcal</td> <td>17.8g</td> <td>18.5g</td> <td>99.5g</td> <td>3.2g</td> </tr> </tbody> </table>	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 436kcal	12.2g	10.5g	70.4g	2.3g	デラックス 651kcal	17.8g	18.5g	99.5g	3.2g															
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 567kcal	12.8g	29.4g	82.3g	1.6g																																																																											
デラックス 813kcal	17.5g	41.6g	121.0g	2.0g																																																																											
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 506kcal	14.6g	22.5g	73.0g	2.2g																																																																											
デラックス 749kcal	22.4g	37.7g	105.7g	2.9g																																																																											
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 523kcal	14.5g	18.6g	72.5g	2.0g																																																																											
デラックス 858kcal	24.6g	37.2g	103.4g	3.1g																																																																											
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 436kcal	12.2g	10.5g	70.4g	2.3g																																																																											
デラックス 651kcal	17.8g	18.5g	99.5g	3.2g																																																																											
24  ごろごろ鶏肉 もろみネギ醤油ダレ・野菜添え 白身魚フライ・アンチョビソース 彩り野菜のチャブチェ 厚揚げの煮物 マカロニサラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 437kcal</td> <td>14.5g</td> <td>10.6g</td> <td>68.4g</td> <td>1.9g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 620kcal</td> <td>23.1g</td> <td>15.0g</td> <td>94.7g</td> <td>2.5g</td> </tr> </tbody> </table>	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 437kcal	14.5g	10.6g	68.4g	1.9g	デラックス 620kcal	23.1g	15.0g	94.7g	2.5g	25  Premium 大阪天神祭  ヒレカツ・粒マスタード入りソース 大阪郷土料理！牛すじ肉のどて焼き 鶏さつまのネギ焼き仕立て 夏野菜のさっぱり中華サラダ 夏の夜の夢〜妖怪のお祭りきり団子〜 <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 476kcal</td> <td>14.2g</td> <td>11.3g</td> <td>75.9g</td> <td>2.0g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 680kcal</td> <td>21.2g</td> <td>17.6g</td> <td>104.5g</td> <td>2.6g</td> </tr> </tbody> </table>	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 476kcal	14.2g	11.3g	75.9g	2.0g	デラックス 680kcal	21.2g	17.6g	104.5g	2.6g	26  ビーフ入りハンバーグ・照焼きソース お楽しみの揚げ物 切干大根煮 インゲンとごぼうの梅味噌ダレ 山菜の山椒風味サラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 472kcal</td> <td>13.0g</td> <td>12.9g</td> <td>73.5g</td> <td>2.1g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 725kcal</td> <td>20.4g</td> <td>22.7g</td> <td>106.7g</td> <td>2.8g</td> </tr> </tbody> </table>	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 472kcal	13.0g	12.9g	73.5g	2.1g	デラックス 725kcal	20.4g	22.7g	106.7g	2.8g	27  真っ赤なトマトのチキンデミグラス煮込み ごま油香る！塩じゃがコロッケ ちくわの鹽辺揚げ ひじき煮 カリフラワーときゅうりの青じそ風味サラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 433kcal</td> <td>11.6g</td> <td>10.9g</td> <td>69.4g</td> <td>2.1g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 639kcal</td> <td>17.4g</td> <td>17.6g</td> <td>98.2g</td> <td>2.8g</td> </tr> </tbody> </table>	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 433kcal	11.6g	10.9g	69.4g	2.1g	デラックス 639kcal	17.4g	17.6g	98.2g	2.8g	28  夏の旬野菜と甘辛豚肉の焼肉炒め 肉入り揚げワンタン・ふわふわ玉子甘酢あん ツナ入り！平サイインゲンのチャンプルー おまかせの副菜 紅芯大根とサラダこんにゃくの5種果汁おろしサラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 431kcal</td> <td>9.5g</td> <td>14.6g</td> <td>74.0g</td> <td>2.2g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 604kcal</td> <td>13.0g</td> <td>24.5g</td> <td>102.2g</td> <td>2.8g</td> </tr> </tbody> </table>	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 431kcal	9.5g	14.6g	74.0g	2.2g	デラックス 604kcal	13.0g	24.5g	102.2g	2.8g
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 437kcal	14.5g	10.6g	68.4g	1.9g																																																																											
デラックス 620kcal	23.1g	15.0g	94.7g	2.5g																																																																											
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 476kcal	14.2g	11.3g	75.9g	2.0g																																																																											
デラックス 680kcal	21.2g	17.6g	104.5g	2.6g																																																																											
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 472kcal	13.0g	12.9g	73.5g	2.1g																																																																											
デラックス 725kcal	20.4g	22.7g	106.7g	2.8g																																																																											
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 433kcal	11.6g	10.9g	69.4g	2.1g																																																																											
デラックス 639kcal	17.4g	17.6g	98.2g	2.8g																																																																											
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 431kcal	9.5g	14.6g	74.0g	2.2g																																																																											
デラックス 604kcal	13.0g	24.5g	102.2g	2.8g																																																																											
31  ほぐし鶏のバターチキンカレー煮込み 三陸産まわかれと紅ショウガのすり入りカツ タコ入り！海鮮チヂミ かぶと高菜のごま酢和え ポテトサラダ <table border="1"> <thead> <tr> <th>エネルギー</th> <th>たんぱく質</th> <th>脂質</th> <th>炭水化物</th> <th>食塩相当量</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>ヘルシー 459kcal</td> <td>10.9g</td> <td>12.9g</td> <td>72.6g</td> <td>2.1g</td> </tr> <tr> <td>デラックス 674kcal</td> <td>16.3g</td> <td>20.5g</td> <td>102.7g</td> <td>2.8g</td> </tr> </tbody> </table>	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	10.9g	12.9g	72.6g	2.1g	デラックス 674kcal	16.3g	20.5g	102.7g	2.8g																																																																
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	10.9g	12.9g	72.6g	2.1g																																																																											
デラックス 674kcal	16.3g	20.5g	102.7g	2.8g																																																																											

⑩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いません。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。