

Weekly Menu

	9月30日 Mon.	10月1日 Tue.	10月2日 Wed.	10月3日 Thu.	10月4日 Fri.	10月5日 Sat.
定食 A	麻婆茄子 <small>Spicy Sichuan eggplant</small> ¥490 <small>729kcal 15.6g 22.1g 121.0g 4.0g</small>	鯖のごま照りと焼売 <small><Combo> Mackerel teriyaki & shaomai dumplings</small> ¥490 <small>727kcal 23.0g 18.0g 118.2g 1.2g</small>	キャベツ入りメンチカツ <small>Ground pork & cabbage cutlet</small> ¥490 <small>821kcal 20.7g 24.9g 131.9g 3.1g</small>	赤い麻婆豆腐 <small>Sichuan spicy tofu</small> ¥490 <small>727kcal 27.3g 19.3g 114.3g 4.0g</small>	サバの香草焼き トマトソース <small>Fried mackerel with tomato sauce</small> ¥490 <small>789kcal 24.6g 24.7g 115.7g 2.6g</small>	鶏団子と根菜と五目巾着の煮物 <small>Simmered stuffed fried tofu & root vegetables</small> ¥490 <small>652kcal 18.6g 9.7g 125.6g 3.0g</small>
定食 B	おすす 元気もりもり 鰻丼 <small>Eel teriyaki on the rice with clear soup</small> ¥650 <small>643kcal 23.9g 15.8g 104.5g 2.6g</small>	おすす 有頭エビフライ&ハンバーグ <small>Combo Hamburg steak & deep-fried breaded shrimp</small> ¥520 <small>783kcal 21.2g 25.3g 121.0g 2.7g</small>	豚ロース肉の生姜焼き <small>Grilled pork with ginger sauce</small> ¥520 <small>738kcal 28.4g 23.1g 104.4g 1.5g</small>	和風おろしハンバーグ <small>Hamburg steak Japanese style</small> ¥520 <small>736kcal 22.7g 16.6g 127.9g 5.4g</small>	【コラボ企画】CoCo壱番屋監修 おすす キーマカレー <small>Minced pork curry with rice</small> ¥520 <small>583kcal 12.7g 8.5g 117.5g 2.1g</small>	おすす イカとチクワの天井 温玉添え <small>Squid & seasonal vegetable tempura bowl</small> ¥520 <small>770kcal 25.7g 16.6g 127.5g 2.9g</small>
小鉢 A	ピリ辛こんにゃく <small>Simmered konnyaku jelly</small> ¥100 <small>33kcal 0.6g 1.9g 4.1g 0.9g</small>	冷奴 <small>Cold serve tofu with soy sauce</small> ¥100 <small>33kcal 3.1g 1.7g 1.7g 0.0g</small>	白玉ぜんざい <small>Sweet black bean paste with rice dumpling (Cold serve)</small> ¥120 <small>190kcal 3.7g 3.8g 35.1g 0.1g</small>	ブロッコリーのゴマ和え <small>Broccoli dressed with sesame sauce</small> ¥100 <small>30kcal 1.4g 0.9g 4.4g 0.5g</small>	おくらとみつ葉のわさび和え <small>Japanese parsley, okra dressed with grated daikon soy-sauce</small> ¥100 <small>24kcal 0.7g 1.3g 3.1g 0.5g</small>	きんぴらごぼう <small>Braised burdock & carrot with soy based spicy sauce</small> ¥100 <small>54kcal 0.9g 2.8g 6.6g 0.5g</small>
小鉢 B	エビと胡瓜の酢物 <small>Cucumber, onion & seaweed dressed with miso vinegar sauce</small> ¥100 <small>14kcal 1.6g 0.1g 1.9g 0.5g</small>	なす煮 <small>Deep-fried egg plant & paprika with soy sauce</small> ¥100 <small>70kcal 0.7g 5.4g 4.6g 1.5g</small>	切干大根 <small>Simmered dried daikon & deep-fried surimi</small> ¥100 <small>104kcal 1.8g 3.9g 15.9g 1.5g</small>	ひじき煮物 <small>Simmered hijiki seaweed & soy beans</small> ¥100 <small>35kcal 1.7g 1.6g 4.5g 0.8g</small>	ミニサラダ <small>mini salad</small> ¥100 <small>24kcal 0.9g 0.2g 5.3g 0.7g</small>	ほうれん草のおかか和え <small>Boiled spinach & bean curd with shaved dried bonito</small> ¥100 <small>33kcal 2.7g 1.6g 1.8g 0.5g</small>
小鉢 C	ほうれん草のお浸し <small>Boiled spinach with soy-sauce</small> ¥100 <small>12kcal 1.3g 0.1g 1.8g 0.8g</small>	もずく酢 <small>Seaweed fine thread like marinated with vinegar sauce</small> ¥100 <small>12kcal 0.2g 0.0g 3.1g 0.5g</small>	粉ふき芋の田楽味噌かけ <small>Boiled potato with minced chicken miso sauce</small> ¥100 <small>76kcal 1.3g 2.2g 13.0g 0.7g</small>	ごぼうのポテトサラダ <small>burdock salad</small> ¥100 <small>117kcal 0.8g 9.5g 7.6g 0.5g</small>	しらすおろし <small>Baby dried sardine & grated daikon radish</small> ¥100 <small>13kcal 1.3g 0.1g 1.4g 0.3g</small>	白菜キムチ <small>Cold served tofu with Korean pickles</small> ¥100 <small>9kcal 0.8g 0.0g 1.9g 1.0g</small>
日替り 麺	四川汁なし担々麺 <small>Chinese noodles with spicy sesame sauce</small> ¥380 <small>707kcal 22.9g 34.0g 74.2g 4.6g</small>	とんこつチャーシュー麺 <small>Chinese noodles with Chinese roast pork in soup</small> ¥380 <small>563kcal 23.8g 16.5g 75.5g 8.1g</small>	【当店オリジナル】白湯チゲラーメン <small>paitan chigera raman</small> ¥380 <small>473kcal 24.9g 6.6g 74.7g 9.1g</small>	味噌バターコーンラーメン <small>Chinese noodles in miso based soup with corn, pork & vegetables</small> ¥380 <small>652kcal 22.0g 22.7g 86.7g 8.1g</small>	豚バラ辛ねぎ味噌ラーメン <small>Spicy Chinese noodles in clear soup with sliced pork and leek</small> ¥380 <small>635kcal 23.0g 21.6g 83.6g 9.2g</small>	味玉とんこつらーめん <small>Chinese noodles with pork, boiled eaa. surimi in soup</small> ¥380 <small>550kcal 25.5g 12.6g 75.6g 8.7g</small>
週替り カレー	ビーフカレー <small>Beef curry with rice</small> ¥380 <small>607kcal 12.1g 9.9g 120.9g 2.2g</small>					
常設	おにぎり(のりたま) <small>Rice ball with seasoned Japanese basil</small> ¥120 <small>268kcal 4.8g 1.4g 61.1g 0.3g</small>	いなり(2個) <small>Sushi rice wrapped in fried bean card</small> ¥120 <small>260kcal 5.4g 5.0g 46.7g 1.5g</small>	かけうどん <small>udon noodles in broth</small> ¥230 <small>364kcal 9.8g 1.8g 73.3g 4.2g</small>		かけそば <small>soba noodles in broth</small> ¥230 <small>318kcal 11.8g 1.8g 61.0g 4.2g</small>	

* 表示価格は税込です。 * 食材の都合により、メニュー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ませ。

* 栄養価表示：エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/食塩相当量

Weekly Menu

	10月7日 Mon.	10月8日 Tue.	10月9日 Wed.	10月10日 Thu.	10月11日 Fri.	10月12日 Sat.		
定食 A	アジフライと海老フライ <small>Deep-fried breaded jack fish & shrimos</small> ¥490 699kcal 17.9g 18.3g 118.6g 0.9g	和風マーボ豆腐 <small>Sichuan spicy tofu</small> ¥490 734kcal 28.3g 21.3g 110.6g 2.5g	白身魚フライ タルタルソース <small>Deep-fried spring roll, meatballs with sweet & sour sauce</small> ¥490 761kcal 20.9g 22.9g 120.8g 3.3g	春巻きと中華肉団子 <small>Deep-fried spring roll, meatballs with sweet & sour sauce</small> ¥490 847kcal 20.6g 24.8g 137.6g 2.8g	グリルチキン デミグラスソース <small>Grilled chicken with demiglace sauce</small> ¥490 712kcal 28.9g 18.4g 111.4g 1.4g	カニクリームコロッケ&いわし青のりフライ <small>Crab cream croquette with tartar sauce</small> ¥490 ##### 19.1g 52.3g 128.6g 2.4g		
定食 B	肉厚のサバの照焼き <small>Grilled mackerel</small> ¥520 857kcal 29.2g 34.5g 103.3g 1.6g	黒毛和牛メンチカツ <small>Ground beef cutlet with daikon sauce</small> ¥520 927kcal 14.6g 43.4g 122.9g 1.2g	牛丼 温玉添え <small>Beef sukiyaki on the rice</small> ¥520 817kcal 25.1g 30.5g 112.9g 3.1g	人気 三元豚ロースとんかつ <small>Pork cutlet</small> ¥520 770kcal 19.0g 18.2g 123.0g 1.0g	NEW 5種類のチーズ入りメンチカツ <small>Pumpkin croquette & minced meat cutlet with cheese</small> ¥520 812kcal 24.0g 22.0g 131.8g 2.0g	和風ごまハンバーグ <small>Hamburg steak with sesame teriyaki sauce</small> ¥520 759kcal 22.8g 18.6g 128.4g 3.6g		
小鉢 A	揚げ茄子の煮浸し <small>Deep-fried eggplant & surimi dressed with Chinese spicy sauce</small> ¥100 77kcal 0.4g 7.6g 1.7g 0.0g	ピリ辛こんにゃく <small>Simmered konnyaku jerry</small> ¥100 33kcal 0.5g 1.9g 4.0g 0.9g	ピーチムース風デザート <small>peach mousse</small> ¥120 88kcal 1.8g 5.0g 9.1g 0.2g	ひじきの胡麻マヨサラダ <small>Marinated hijiki seaweed with sesame mayonnaise sauce</small> ¥100 127kcal 2.4g 11.3g 4.8g 0.7g	冷奴 <small>Cold serve tofu with soy sauce</small> ¥100 33kcal 3.1g 1.7g 1.7g 0.0g	アサリと胡瓜のポン酢和え <small>Boiled clam & Chinese pickle dressed with spicy sauce</small> ¥100 20kcal 2.0g 0.1g 2.8g 0.9g		
小鉢 B	ブロッコリーとコーンのマヨソース <small>Boiled broccoli & corn dressed with mayonnaise</small> ¥100 69kcal 1.1g 5.8g 3.4g 0.2g	鶏団子と里芋の煮付け <small>Simmered chicken dumpling & yam potato</small> ¥100 50kcal 2.1g 1.2g 7.4g 1.1g	もずく酢 <small>Seaweed fine thread like marinated with vinegar sauce</small> ¥100 15kcal 0.3g 0.0g 4.0g 0.7g	かぼちゃ煮 <small>Simmered pumpkin with curry sauce</small> ¥100 46kcal 0.8g 0.1g 11.2g 0.3g	里芋の煮付け <small>Simmered fried tofu & yam potato</small> ¥100 68kcal 1.7g 0.1g 14.4g 1.6g	ひじきと切干大根のきんぴら <small>Braised hijiki seaweed & dried daikon with soy base</small> ¥100 68kcal 1.4g 3.5g 7.0g 0.7g		
小鉢 C	オクラのごま和え <small>Okra dressed with sesame sauce</small> ¥100 37kcal 1.1g 1.2g 6.1g 0.7g	なめ茸オクラ <small>Grated daikon radish, nametake mushrooms, okra</small> ¥100 14kcal 0.6g 0.0g 3.5g 0.2g	スパゲッティサラダ <small>Spaghetti salad</small> ¥100 62kcal 0.9g 3.6g 6.5g 0.4g	ごぼうのポテトサラダ <small>burdock potato salad</small> ¥100 117kcal 0.8g 9.5g 7.6g 0.5g	ポテトサラダ <small>potato salad</small> ¥100 53kcal 0.7g 2.7g 6.4g 0.4g	手作りくるみ豆腐 <small>Home made walnuts tofu</small> ¥100 24kcal 1.4g 1.2g 2.0g 0.2g		
日替り 麺	広島 尾道ラーメン <small>Chinese noodles in sardine based soup</small> ¥380 647kcal 19.2g 29.5g 72.0g 7.1g	【当店オリジナル】とんこつ味噌ラーメン <small>Chinese noodles in miso based soup</small> ¥380 565kcal 22.4g 15.0g 81.3g 9.3g	豚キムチとんこつラーメン <small>pork kimchi tonkotsu ramen</small> ¥380 542kcal 24.7g 11.5g 81.0g 9.2g	葱チャーシュー旨辛しおラーメン <small>Chinese noodles with roast pork & leek in soup</small> ¥380 509kcal 19.4g 13.3g 73.6g 8.2g	長崎チャンポン <small>Chinese noodles in soup with pork, seafood & vegetables</small> ¥380 438kcal 16.6g 7.1g 73.8g 6.9g	ピリ辛味噌ラーメン <small>Chinese noodles in spicy miso based soup with pork & vegetables</small> ¥380 605kcal 26.3g 16.8g 83.8g 8.5g		
週替り カレー	カシミールカレー <small>Kashmir style curry with rice</small> ¥380 671kcal 14.6g 21.8g 107.6g 1.9g							
常設	おにぎり(のりたま) <small>Rice ball with seasoned Japanese basil</small> ¥120 268kcal 4.8g 1.4g 61.1g 0.3g		いなり(2個) <small>Sushi rice wrapped in fried bean card</small> ¥120 260kcal 5.4g 5.0g 46.7g 1.5g		かけうどん <small>udon noodles in broth</small> ¥230 364kcal 9.8g 1.8g 73.3g 4.2g		かけそば <small>soba noodles in broth</small> ¥230 318kcal 11.8g 1.8g 61.0g 4.2g	

* 表示価格は税込です。 * 食材の都合により、メニュー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ませ。

* 栄養価表示：エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/食塩相当量