

Weekly Menu																														
9月8日 Mon.		9月9日 Tue.					9月10日 Wed.					9月11日 Thu.					9月12日 Fri.					9月13日 Sat.								
定食 A	アジフライ					和風マーボ豆腐					白身魚フライ					春巻と蓮根入り焼売					Grillチキン デミグラスソース					いわし青のりフライ				
	Deep-fried breaded jack fish & shrimps ¥510 762kcal 19.3g 23.2g 123.2g 2.0g					Sichuan spicy tofu ¥510 734kcal 28.3g 21.3g 110.6g 2.5g					<Combo> Grilled chicken & meat croquette ¥510 671kcal 20.4g 14.2g 118.3g 2.7g					Deep-fried spring roll, meatballs with sweet & sour sauce ¥510 796kcal 19.2g 20.3g 136.6g 1.9g					Grilled chicken with demiglace sauce ¥510 686kcal 28.3g 18.0g 106.1g 0.7g					Crab cream croquette with tartar sauce ¥510 731kcal 23.4g 17.7g 124.2g 2.5g				
定食 B	肉厚のサバの照焼き					黒毛和牛メンチカツ					牛丼 温玉添え					三元豚ロースとんかつ					有頭海老フライ&肉コロッケ					ハンバーグ照り焼きソース				
	Grilled mackerel ¥540 853kcal 29.1g 34.5g 102.0g 1.6g					Ground beef cutlet with daikon sauce ¥540 925kcal 14.5g 43.4g 122.6g 1.2g					Beef sukiyaki on the rice ¥540 787kcal 23.8g 27.4g 113.8g 3.1g					Pork cutlet ¥540 683kcal 19.2g 15.7g 119.5g 1.4g					Deep-fried breaded jack fish & shrimps ¥540 697kcal 14.4g 17.8g 123.3g 1.3g					Hamburg steak with steak soy sauce ¥540 675kcal 22.3g 11.2g 125.0g 3.3g				
小鉢 A	揚げ茄子の煮浸し					ピリ辛こんにゃく					ピーチムース風デザート					ひじきの胡麻マヨサラダ					冷奴					アサリと胡瓜のポン酢和え				
	Deep-fried eggplant & surimi dressed with Chinese spicy sauce ¥100 77kcal 0.4g 7.6g 1.7g 0.0g					Simmered konnyaku jerry ¥100 33kcal 0.5g 1.9g 4.0g 0.9g					0 ¥100 88kcal 1.8g 5.0g 9.1g 0.2g					Marinated hijiki seaweed with sesame mavonnaise sauce ¥100 127kcal 2.4g 11.3g 4.8g 0.7g					Cold serve tofu with soy sauce ¥100 33kcal 3.1g 1.7g 1.7g 0.0g					Boiled clam & Chinese pickle dressed with spicy sauce ¥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					鶏団子と里芋の煮付け					もずく酢					かぼちゃ煮					里芋の煮付け					ひじきと切干大根のきんぴら				
	Boiled broccoli & corn dressed with mayonnaise ¥100 69kcal 1.1g 5.8g 3.4g 0.2g					Simmered chicken dumpling & yam potato ¥100 50kcal 2.1g 1.2g 7.4g 1.1g					Seaweed fine thread like marinated with vineqar sauce ¥100 15kcal 0.3g 0.0g 4.0g 0.7g					Simmered pumpkin with curry sauce ¥100 46kcal 0.8g 0.1g 11.2g 0.3g					Simmered fried tofu & yam potato ¥100 68kcal 1.7g 0.1g 14.4g 1.6g					Braised hijiki seaweed & dried daikon with soy base ¥100 68kcal 1.4g 3.5g 7.0g 0.7g				
小鉢 C	オクラのごま和え					なめ茸オクラ					スパゲッティーサラダ					ごぼうのポテトサラダ					ポテトサラダ					手作りくるみ豆腐				
	Okra dressed with sesame sauce ¥100 37kcal 1.1g 1.2g 6.1g 0.7g					Grated daikon radish, nametake mushrooms, okra ¥100 14kcal 0.6g 0.0g 3.5g 0.2g					Spaghetti salad ¥100 85kcal 1.1g 6.2g 6.4g 0.4g					potatosalad ¥100 126kcal 0.7g 10.3g 7.8g 0.5g					potato salad ¥100 64kcal 0.6g 3.8g 6.8g 0.4g					Home made walnuts tofu ¥100 24kcal 1.4g 1.2g 2.0g 0.2g				
日替り 麺	熊本 とんこつラーメン					帆立バター味噌ラーメン					濃厚煮干ラーメン					ご当地 徳島 中華そば					チャーシュー麺					醤油とんこつラーメン				
	Chinese noodles in pork based thick soup ¥400 612kcal 23.3g 21.8g 76.3g 7.2g					Chinese noodles in soup with scalloos ¥400 595kcal 21.3g 19.1g 79.4g 7.9g					Chinese noodles in dried sardine based soup ¥400 536kcal 19.5g 16.4g 73.8g 6.9g					Chinese noodles in pork based thick soup ¥400 575kcal 24.1g 17.0g 76.8g 8.6g					Chinese noodles with Chinese roast pork in soup ¥400 505kcal 20.2g 13.1g 72.0g 6.5g					Chinese noodles with Chinese roast pork in soup ¥400 525kcal 19.7g 14.7g 74.2g 7.8g				
週替り カレー	ポークカレー																													
											Pork curry with rice (hot) ¥400 557kcal 10.8g 10.3g 110.6g 2.6g																			
常設	おにぎり(のりたま)					いなり(2個)					かけうどん					かけそば														
	Rice ball with seasoned Japanese basil ¥150 268kcal 4.8g 1.4g 61.1g 0.3g					Sushi rice wrapped in fried bean card ¥150 260kcal 5.4g 5.0g 46.7g 1.5g					udon noodles in broth ¥250 364kcal 9.8g 1.8g 73.3g 4.2g					soba noodles in broth ¥250 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

Weekly Menu																														
	9月15日 Mon.					9月16日 Tue.					9月17日 Wed.					9月18日 Thu.					9月19日 Fri.					9月20日 Sat.				
定食 A	チオリソーと玉子と京がんもと練り物の煮物					照焼きチキンと野菜コロッケ					鶏ささみ ピリ辛ごまだれ					ちくぜん煮					鶏肉ときくらげの玉子炒め					チキンカツ				
	Simmered fried tofu & boiled egg ¥510					<Combo> Chicken teriyaki & pork croquette ¥510					Grilled chicken with mushroom mavonnaise ¥510					Braised chicken thigh & vegetables ¥510					Stir-fried chicken, egg, vegetables with Korean BBO sauce ¥510					Chicken cutlet with grated daikon radish ¥510				
	745kcal	23.9 g	23.0 g	112.6 g	4.1 g	709kcal	26.4 g	17.7 g	116.4 g	1.6 g	587kcal	31.5 g	4.6 g	106.0 g	1.7 g	601kcal	16.3 g	6.4 g	125.3 g	2.6 g	651kcal	21.7 g	11.4 g	119.0 g	3.1 g	666kcal	17.3 g	15.4 g	118.0 g	0.5 g
定食 B	中華肉団子					縞ほっけ焼き					豚ロース和風ステーキソース					海老天丼 温玉添え					ダブルカツカレー					ハンバーグステーキ デミグラスソース				
	Braised meatballs & vegetables ¥540					Grilled semidried Atka mackerel ¥540					Japanese fried pork ¥540					Shrimp, squid & seasonal vegetable tempura bowl ¥540					Pork cutlet curry with rice ¥540					Hamburg steak with demiglace sauce ¥540				
	819kcal	23.6 g	22.7 g	131.6 g	3.0 g	583kcal	32.2 g	7.3 g	98.3 g	2.6 g	739kcal	28.2 g	23.2 g	104.7 g	1.3 g	701kcal	19.8 g	16.6 g	118.2 g	2.4 g	877kcal	20.1 g	22.5 g	151.9 g	4.6 g	670kcal	22.2 g	12.2 g	121.7 g	2.5 g
小鉢 A	冷奴					マカロニサラダ					いちごムース風デザート					白菜キムチ					蒸し鶏と胡瓜の和風胡麻和え					青梗菜のお浸し				
	Cold serve tofu with soy sauce ¥100					salad ¥100					0 ¥100					Cold served tofu with Korean pickles ¥100					Steamed chicken & cucumber dressed with Chinese spicy sauce ¥100					Chinese cabbage & with soy-sauce ¥100				
	33kcal	3.1 g	1.7 g	1.7 g	0.0 g	87kcal	1.2 g	6.2 g	6.6 g	0.4 g	88kcal	1.9 g	5.0 g	9.1 g	0.2 g	9kcal	0.8 g	0.0 g	1.9 g	1.0 g	38kcal	2.4 g	1.7 g	3.5 g	0.3 g	9kcal	0.9 g	0.0 g	1.5 g	0.8 g
小鉢 B	ザーサイと蒸し鶏の塩昆布和え					わかめと大根のレモン和え					ほうれん草のおかか和え					ひじきの煮付け					ポテトサラダ					ごぼうのきんぴら				
	Zasai pickle & steamed chicken with salted kombu seaweed ¥100					Seaweed & daikon radish dressed with lemon sauce ¥100					Boiled spinach & bean curd with shaved dried bonito ¥100					Braised hijiki seaweed & striped konnvak ¥100					salad ¥100					Braised burdock & carrot with soy based spicy sauce ¥100				
	36kcal	3.0 g	1.6 g	2.9 g	0.9 g	11kcal	0.5 g	0.0 g	2.6 g	0.6 g	29kcal	2.2 g	1.6 g	1.4 g	0.4 g	30kcal	1.4 g	1.3 g	4.1 g	0.8 g	64kcal	0.6 g	3.8 g	6.8 g	0.4 g	48kcal	0.6 g	1.4 g	8.2 g	0.4 g
小鉢 C	菜の花のピーナッツ和え					豆苗のおかか和え					栗かぼちゃの含め煮					切干大根					ミニサラダ					厚揚げのうま煮				
	Canola flower seasoned with peanut sauce ¥100					Pea sprouts dressed with shaved dried bonito ¥100					Simmered pumpkin ¥100					Simmered dried daikon & deep-fried surimi ¥100					salad ¥100					Simmered deep-fried tofu & bamboo shoot ¥100				
	26kcal	2.1 g	1.1 g	2.7 g	0.3 g	39kcal	3.3 g	1.7 g	2.2 g	0.5 g	56kcal	0.7 g	0.1 g	13.6 g	0.6 g	104kcal	1.8 g	3.9 g	15.9 g	1.5 g	24kcal	0.9 g	0.2 g	5.3 g	0.7 g	70kcal	4.2 g	3.5 g	4.9 g	1.9 g
日替り 麺	四川汁なし担々麺					とんこつチャーシュー麺					【当店オリジナル】白湯チゲラーメン					味噌バターコーンラーメン					豚バラ辛ねぎ味噌ラーメン					味玉とんこつらーめん				
	Chinese noodles with spicy sesame sauce ¥400					Chinese noodles with Chinese roast pork in soup ¥400					whte soupu chige ramen ¥400					Chinese noodles in miso based soup with corn, pork & vegetables ¥400					Spicy Chinese noodles in clear soup with sliced pork and leek ¥400					Chinese noodles with pork, boiled eeg, surimi in soup ¥400				
	695kcal	21.9 g	33.2 g	74.1 g	4.6 g	519kcal	20.3 g	14.4 g	72.5 g	8.0 g	466kcal	24.4 g	6.2 g	74.3 g	8.4 g	548kcal	18.4 g	14.6 g	82.4 g	7.9 g	530kcal	19.7 g	13.1 g	80.0 g	9.2 g	492kcal	21.7 g	10.3 g	72.4 g	8.1 g
週替り カレー	ビーフカレー																													
常設	おにぎり(のりたま)					いなり(2個)					かけうどん					かけそば														
	Rice ball with seasoned Japanese basil ¥150					Sushi rice wrapped in fried bean card ¥150					udon noodles in broth ¥250					soba noodles in broth ¥250														
	268kcal	4.8 g	1.4 g	61.1 g	0.3 g	260kcal	5.4 g	5.0 g	46.7 g	1.5 g	364kcal	9.8 g	1.8 g	73.3 g	4.2 g	318kcal	11.8 g	1.8 g	61.0 g	4.2 g										

* 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