

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 eaa. 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																													
	Beef curry with rice ¥400																													
	607kcal 12.1 g 9.9 g 120.9 g 2.2 g																													
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

Weekly Menu															
	9月22日 Mon.					9月23日 Tue.					9月24日 Wed.				
定食 A	豚キムチ炒め					アジフライ&チキンカツ					チョリソーと玉子入り京がんもと練物の煮物				
	Stir-fried pork tongue root & kimuchi with Korean sauce	¥510				Deep-fried breaded jack fish & shrimps	¥510				Simmered fried tofu & boiled egg	¥510			
	672kcal 15.4g 18.1g 116.6g 3.2g					755kcal 18.4g 24.3g 119.6g 1.2g					745kcal 23.9g 23.0g 112.6g 4.1g				
定食 B	シーフードミックスフライ					ハンバーグステーキ テリヤキソース					やわらかヒレカツ				
	Assorted deep-fried breaded seafood	¥540				Hamburg steak with demiglace sauce	¥540				Pork filet cutlet	¥540			
	761kcal 22.0g 21.8g 122.5g 2.2g					671kcal 22.3g 11.2g 124.1g 3.2g					721kcal 23.8g 17.6g 120.4g 1.0g				
小鉢 A	五目巾着の煮物					小松菜のなめこ和え					オレンジムース風デザート				
	Simmered stuffed fried tofu & root vegetables	¥100				Marinated mustard plant, enoki mushrooms with daikon sauce	¥100				0	¥100			
	68kcal 2.1g 2.7g 8.9g 1.6g					7kcal 0.6g 0.1g 1.3g 0.0g					88kcal 1.8g 5.0g 8.9g 0.3g				
小鉢 B	おくらのみぞれ和え					ポテト明太子風味					菜の花のお浸し				
	Boiled okra dressed with grated daikon	¥100				potato	¥100				Canola flower seasoned with soy sauce	¥100			
	18kcal 0.8g 0.0g 4.2g 0.8g					65kcal 0.7g 3.7g 7.4g 0.3g					14kcal 1.9g 0.0g 1.9g 0.3g				
小鉢 C	こんにゃくきんぴら					手作り豆腐					肉団子の甘酢煮				
	konnyaku kinpei	¥100				Cold serve home made black sesame tofu	¥100				Chicken meat ball with sweet & sour sauce	¥100			
	37kcal 0.4g 1.6g 4.7g 0.6g					28kcal 2.1g 1.1g 2.2g 0.0g					106kcal 4.3g 4.3g 12.2g 1.0g				
日替り 麺	広島 尾道ラーメン					【当店オリジナル】とんこつ味噌ラーメン					豚キムチとんこつラーメン				
	Chinese noodles in sardine based soup	¥400				Chinese noodles in miso based soup	¥400				pork kimchi pork bone ramen	¥400			
	542kcal 18.6g 18.3g 71.5g 6.5g					494kcal 19.3g 10.3g 77.4g 9.3g					497kcal 21.2g 9.4g 78.1g 9.1g				
週替り カレー											タイ風グリーンカレー				
											Green curry with rice Thai style	¥400			
											586kcal 15.7g 14.0g 102.6g 1.7g				
常設	おにぎり(のりたま)					いなり(2個)					かけうどん				
	Rice ball with seasoned Japanese basil	¥150				Sushi rice wrapped in fried bean card	¥150				udon noodles in broth	¥250			
	268kcal 4.8g 1.4g 61.1g 0.3g					260kcal 5.4g 5.0g 46.7g 1.5g					364kcal 9.8g 1.8g 73.3g 4.2g				
											かけそば				
											soba noodles in broth	¥250			
											318kcal 11.8g 1.8g 61.0g 4.2g				