



Weekly Menu

	12月1日 Mon.	12月2日 Tue.	12月3日 Wed.	12月4日 Thu.	12月5日 Fri.	12月6日 Sat.
定食 A	アジフライ Deep-fried breaded horse mackerel ¥510 776kcal 19.2g 25.4g 121.5g 1.6g	和風マーボ豆腐 Sichuan spicy tofu ¥510 712kcal 27.5g 19.2g 110.6g 2.5g	白身魚フライ Deep-fried breaded horse mackerel ¥510 671kcal 20.4g 14.2g 118.3g 2.7g	春巻と蓮根入り焼売 Deep-fried spring roll, meatballs with sweet & sour sauce ¥510 796kcal 19.2g 20.3g 136.6g 1.9g	グリルチキン デミグラスソース Grilled chicken with demiglace sauce ¥510 686kcal 28.3g 18.0g 106.1g 0.7g	いわし青のりフライ Sardine & vegetable tempura ¥510 731kcal 23.4g 17.7g 124.2g 2.5g
定食 B	肉厚サバの照り焼き Grilled mackerel with teriyaki sauce ¥540 853kcal 29.1g 34.5g 102.0g 1.6g	黒毛和牛メンチカツ Ground beef cutlet with daikon sauce ¥540 925kcal 14.5g 43.4g 122.6g 1.2g	牛丼 温玉添え Beef sukiyaki on the rice ¥540 787kcal 23.8g 27.4g 113.8g 3.1g	三元豚ロースとんかつ Pork cutlet ¥540 667kcal 19.1g 14.2g 119.1g 1.4g	有頭海老フライと肉コロッケ Curry & rice with deep-fried breaded shrimp ¥540 671kcal 14.7g 13.2g 126.8g 2.2g	ハンバーグ照り焼きソース Hamburg steak Japanese style ¥540 671kcal 22.4g 11.2g 124.0g 3.3g
小鉢 A	揚げ茄子の煮浸し Deep-fried eggplant & surimi dressed with Chinese spicy sauce ¥100 77kcal 0.4g 7.6g 1.7g 0.0g	ピリ辛こんにゃく Simmered konnyaku jelly ¥100 33kcal 0.5g 1.9g 4.0g 0.9g	ピーチムース風デザート 0 ¥100 88kcal 1.8g 5.0g 9.1g 0.2g	ひじきの胡麻マヨサラダ Marinated hijiki seaweed with sesame mayonnaise sauce ¥100 127kcal 2.4g 11.3g 4.8g 0.7g	冷奴 Cold serve tofu with soy sauce ¥100 33kcal 3.1g 1.7g 1.7g 0.0g	アサリと胡瓜のポン酢和え 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 Boiled broccoli & corn dressed with mayonnaise ¥100 69kcal 1.1g 5.8g 3.4g 0.2g	鶏団子と里芋の煮付け Simmered chicken dumpling & yam potato ¥100 50kcal 2.1g 1.2g 7.4g 1.1g	もずく酢 Seaweed fine thread like marinated with vinegar sauce ¥100 15kcal 0.3g 0.0g 4.0g 0.7g	かぼちゃ煮 Simmered pumpkin with curry sauce ¥100 46kcal 0.8g 0.1g 11.2g 0.3g	里芋の煮付け Simmered fried tofu & yam potato ¥100 68kcal 1.7g 0.1g 14.4g 1.6g	ひじきと切干大根のきんぴら 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 Okra dressed with sesame sauce ¥100 37kcal 1.1g 1.2g 6.1g 0.7g	なめ茸オクラ Grated daikon radish, nametake mushrooms, okra ¥100 14kcal 0.6g 0.0g 3.5g 0.2g	スパゲッティーサラダ Spaghetti salad ¥100 85kcal 1.1g 6.2g 6.4g 0.4g	ごぼうのポテトサラダ 0 ¥100 114kcal 0.6g 9.1g 7.5g 0.5g	ポテトサラダ 0 ¥100 48kcal 0.5g 2.2g 6.4g 0.4g	手作りくるみ豆腐 Home made walnuts tofu ¥100 24kcal 1.4g 1.2g 2.0g 0.2g
日替り 麺	広島 尾道らーめん Chinese noodles in dried sardine based soup ¥400 542kcal 18.6g 18.3g 71.5g 6.5g	【当店オリジナル】とんこつ味噌らーめん Chinese noodles in thick pork broth ¥400 485kcal 19.3g 9.4g 77.2g 9.3g	豚キムチとんこつラーメン 0 ¥400 497kcal 21.2g 9.4g 78.1g 9.1g	麻辣(マラー)葱チャーシュー麺 Chinese noodles in clear soup ¥400 506kcal 19.2g 13.2g 73.1g 7.6g	長崎チャンポン Chinese noodles in soup with pork, seafood & vegetables ¥400 416kcal 14.5g 6.1g 72.9g 6.3g	ピリ辛味噌らーめん Chinese noodles in miso based soup Sannoro style ¥400 495kcal 21.2g 8.5g 80.2g 8.5g
週替り カレー	ポークカレー Pork curry with rice ¥400 557kcal 10.8g 10.3g 110.6g 2.6g					
常設	おにぎり(のりたま) Rice ball with seasoned Japanese basil ¥150 268kcal 4.8g 1.4g 61.1g 0.3g	いなり(2個) Sushi rice wrapped in fried bean curd ¥150 260kcal 5.4g 5.0g 46.7g 1.5g	かけうどん udon noodles in broth ¥250 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		

*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

	12月8日 Mon.	12月9日 Tue.	12月10日 Wed.	12月11日 Thu.	12月12日 Fri.	12月13日 Sat.
定食 A	チョリソーと玉子とがんもと練り物の煮物 Simmered deep-fried bean curd cake & vegetables ¥510 731kcal 23.9g 23.0g 109.1g 4.0g	照焼きチキンと野菜コロッケ Chicken teriyaki ¥510 709kcal 26.4g 17.7g 116.4g 1.6g	鶏ささみ ピリ辛ごまだれ Steamed chicken with leek sauce ¥510 587kcal 31.5g 4.6g 106.0g 1.7g	ちくぜん煮 Braised chicken thigh & vegetables ¥510 601kcal 16.3g 6.4g 125.3g 2.6g	鶏肉ときくらげの卵炒め 0 ¥510 649kcal 21.7g 11.3g 118.5g 2.9g	チキンカツ Chicken cutlet & fried breaded horse mackerel ¥510 666kcal 17.3g 15.4g 118.0g 0.5g
定食 B	中華肉団子 Deep-fried spring roll, meatballs with sweet & sour sauce ¥540 819kcal 23.6g 22.7g 131.6g 3.0g	縞ほっけ焼き Grilled semidried Atka mackerel ¥540 583kcal 32.2g 7.3g 98.3g 2.6g	豚ロース和風ステーキソース Japanese fried pork ¥540 739kcal 28.2g 23.2g 104.7g 1.3g	海老天丼 温玉添え Shrimp, squid & seasonal vegetable tempura bowl ¥540 701kcal 19.8g 16.6g 118.2g 2.4g	ダブルカツカレー Pork cutlet curry with rice ¥540 859kcal 19.8g 21.6g 149.6g 3.8g	ハンバーグステーキ デミグラスソース Hamburg steak with demiglace sauce ¥540 670kcal 22.2g 12.2g 121.7g 2.5g
小鉢 A	冷奴 Cold serve tofu with soy sauce ¥100 33kcal 3.1g 1.7g 1.7g 0.0g	マカロニサラダ sarad ¥100 87kcal 1.2g 6.2g 6.6g 0.4g	いちごムース風デザート 0 ¥100 88kcal 1.9g 5.0g 9.1g 0.2g	白菜キムチ Cold served tofu with Korean pickles ¥100 9kcal 0.8g 0.0g 1.9g 1.0g	蒸し鶏と胡瓜の和風胡麻和え Steamed chicken & cucumber dressed with Chinese spicy sauce ¥100 38kcal 2.4g 1.7g 3.5g 0.3g	青梗菜のお浸し Chinese cabbage & with soy-sauce ¥100 9kcal 0.9g 0.0g 1.5g 0.8g
小鉢 B	ザーサイと蒸し鶏の塩昆布和え Zasai pickle & steamed chicken with salted kombu seaweed ¥100 36kcal 3.0g 1.6g 2.9g 0.9g	わかめと大根のレモン和え Seaweed & daikon radish dressed with lemon sauce ¥100 11kcal 0.5g 0.0g 2.6g 0.6g	ほうれん草のおかか和え Boiled spinach & bean curd with shaved dried bonito ¥100 29kcal 2.2g 1.6g 1.4g 0.4g	ひじきの煮付け Braised hijiki seaweed & striped konnyak ¥100 30kcal 1.4g 1.3g 4.1g 0.8g	ポテトサラダ sarad ¥100 48kcal 0.5g 2.2g 6.4g 0.4g	ごぼうのきんぴら Braised burdock & carrot with soy based spicy sauce ¥100 48kcal 0.6g 1.4g 8.2g 0.4g
小鉢 C	菜の花のピーナッツ和え Canola flower seasoned with peanut sauce ¥100 26kcal 2.1g 1.1g 2.7g 0.3g	豆苗のおかか和え Pea sprouts dressed with shaved dried bonito ¥100 39kcal 3.3g 1.7g 2.2g 0.5g	栗かぼちゃの含め煮 Simmered pumpkin ¥100 56kcal 0.7g 0.1g 13.6g 0.6g	切干大根 Simmered dried daikon & deep-fried surimi ¥100 104kcal 1.8g 3.9g 15.9g 1.5g	ミニサラダ sarad ¥100 24kcal 0.9g 0.2g 5.3g 0.7g	厚揚げのうま煮 Simmered deep-fried tofu & bamboo shoot ¥100 70kcal 4.2g 3.5g 4.9g 1.9g
日替り 麺	【当店オリジナル】煮干醤油とんこつラーメン Chinese noodles in dried sardine based soup ¥400 490kcal 20.2g 11.4g 72.2g 8.1g	「大阪王将ぶるもち水餃子使用」 NEW マーラータンメン Boiled gyoza dumplings with vegetable amber sauce ¥400 512kcal 18.9g 10.0g 82.8g 7.7g	高菜明太子とんこつラーメン NEW Chinese noodles in pork broth with salted codfish roe & takana le ¥400 466kcal 20.5g 7.5g 75.1g 9.4g	【当店オリジナル】にらモヤシ味噌らーめん NEW Chinese noodles in soup with minced spicy pork & garlic chive ¥400 502kcal 19.3g 11.3g 77.0g 8.0g	【リクエスト】野菜たっぷり豚骨らーめん Chinese noodles in thick pork broth ¥400 473kcal 19.1g 7.9g 78.2g 7.4g	スタミナらーめん Chinese noodles in soup ¥400 459kcal 19.7g 6.8g 76.2g 7.1g
週替り カレー	ビーフカレー Curry with rice ¥400 586kcal 11.9g 9.9g 115.8g 3.0g 					
常設	おにぎり(のりたま) Rice ball with seasoned Japanese basil ¥150 268kcal 4.8g 1.4g 61.1g 0.3g	いなり(2個) Sushi rice wrapped in fried bean card ¥150 260kcal 5.4g 5.0g 46.7g 1.5g	かけうどん udon noodles in broth ¥250 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		

* 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