

Weekly Menu

	12月22日 Mon.	12月23日 Tue.	12月24日 Wed.	12月25日 Thu.	12月26日 Fri.	12月27日 Sat.
定食 A	麻婆春雨 Bean starch vermicelli in mapo sauce ¥510 668kcal 12.3 g 8.1 g 142.2 g 2.6 g	茄子味噌炒めと餃子 0 ¥510 776kcal 15.3 g 26.1 g 123.2 g 3.8 g	親子炒り玉子 Stir-fried chicken, vegetables & scrambled egg with amber sauce ¥510 666kcal 24.3 g 13.5 g 114.3 g 3.3 g	ハムカツ Ham cutlet ¥510 723kcal 17.9 g 15.2 g 131.5 g 2.2 g	豚しゃぶと野菜のゴマソース Boiled sliced pork and fresh salad with ponzu sauce ¥510 739kcal 16.6 g 28.1 g 109.4 g 1.2 g	鶏肉の胡麻風味焼き Grilled sesame chicken with terivaki sauce ¥510 730kcal 29.0 g 20.6 g 110.8 g 2.1 g
定食 B	【ゴーゴーカレー監修】金沢カレー 0 ¥540 658kcal 13.4 g 13.3 g 123.9 g 3.6 g	豚しょうが焼き丼 Ginger pork ¥540 803kcal 19.8 g 32.3 g 112.4 g 2.4 g	白身魚(鱈)のソースカツ丼 Grilled fish with tomato sauce ¥540 640kcal 24.1 g 3.8 g 129.9 g 5.1 g	ご当地 【宮崎】霧島黒豚ハンバーグ Pork Hamburg steak with grated daikon radish ponzu sauce ¥540 707kcal 26.6 g 18.3 g 113.9 g 2.2 g	四川麻婆豆腐 Stir-fried tofu with spicy ground beef sauce ¥540 692kcal 24.7 g 20.1 g 107.0 g 2.3 g	豚ロース焼肉たれ Ginger pork ¥540 741kcal 28.4 g 23.3 g 104.7 g 1.5 g
小鉢 A	竹輪とわかめの和風マヨ和え Surimi & wakame seaweed dressed with mayonnaise Japanese style ¥100 98kcal 1.7 g 8.3 g 3.8 g 0.7 g	ほうれん草のピーナッツ和え Boiled spinach dressed with peanut sauce ¥100 22kcal 1.3 g 1.1 g 2.1 g 0.4 g	ブルーベリームース風デザート 0 ¥100 87kcal 1.8 g 5.0 g 8.8 g 0.2 g	豆もやしとひじきのナムル Bean sprouts & hijiki seaweed dressed with Korean sauce ¥100 19kcal 0.8 g 1.2 g 1.7 g 0.1 g	メンマとモヤシの明太子マヨ 0 ¥100 55kcal 0.7 g 4.6 g 2.6 g 0.4 g	キムチ冷奴 Cold served tofu with Korean pickles ¥100 32kcal 3.0 g 1.7 g 1.6 g 0.3 g
小鉢 B	ツナポテサラダ Potato salad with curry flavor ¥100 142kcal 2.6 g 12.0 g 5.4 g 1.4 g	冷奴 Cold serve tofu with soy sauce ¥100 33kcal 3.1 g 1.7 g 1.7 g 0.0 g	青梗菜ともやしの中華和え Chinese cabbage seasoned with Chinese sauce ¥100 26kcal 0.8 g 1.8 g 1.8 g 0.3 g	ピリ辛こんにゃく Simmered konnyaku jerry ¥100 33kcal 0.5 g 1.9 g 4.0 g 0.9 g	おくらとえのきのお浸し Boiled okra & enoki mushroom with soy-sauce ¥100 16kcal 0.9 g 0.0 g 3.7 g 0.9 g	肉団子の旨煮 Braised chicken meat ball & vegetables with Chinese gravy sauce ¥100 66kcal 3.5 g 2.7 g 6.7 g 1.3 g
小鉢 C	切り昆布の子和え Kombu seaweed & Stir-fried bamboo shoot & fried tofu & carrot ¥100 25kcal 1.3 g 0.5 g 3.7 g 0.7 g	厚揚げの炒め煮 Braised lotus root & deep-fried tofu ¥100 72kcal 3.7 g 4.6 g 3.8 g 0.9 g	切干大根 Simmered dried daikon & deep-fried surimi ¥100 69kcal 1.6 g 2.6 g 10.2 g 0.8 g	なす煮 Deep-fried egg plant & paprika with soy sauce ¥100 70kcal 0.7 g 5.4 g 4.6 g 1.5 g	中華風揚げナス Deep-fried eggplant dressed with Korean sauce ¥100 114kcal 0.9 g 10.6 g 3.6 g 0.7 g	ひじき煮 Braised hijiki seaweed & striped konnyak ¥100 64kcal 1.8 g 3.8 g 6.4 g 0.9 g
日替り 麺	熊本 とんこつラーメン Chinese noodles in pork based thick soup ¥400 576kcal 20.3 g 20.1 g 73.8 g 7.7 g	帆立バター味噌らーめん Chinese noodles in miso based soup Sapporo style ¥400 532kcal 19.6 g 14.4 g 76.2 g 8.2 g	【当店オリジナル】濃厚煮干ラーメン Chinese noodles in dried sardine based soup ¥400 527kcal 19.0 g 16.2 g 71.9 g 6.9 g	ご当地 徳島中華そば Chinese noodles in thick pork broth ¥400 539kcal 21.9 g 14.8 g 75.1 g 8.3 g	チャーシュー麺 Chinese noodles with Chinese braised pork in soup ¥400 505kcal 20.2 g 13.1 g 72.0 g 6.5 g	醤油とんこつラーメン Chinese noodles in soup ¥400 504kcal 18.1 g 13.8 g 72.7 g 8.0 g
週替り カレー	ポークカレー Pork curry with rice ¥400 557kcal 10.8 g 10.3 g 110.6 g 2.6 g					
常設	おにぎり(のりたま) Rice ball with seasoned Japanese basil ¥150 268kcal 4.8 g 1.4 g 61.1 g 0.3 g	いなり(2個) Sushi rice wrapped in fried bean card ¥150 260kcal 5.4 g 5.0 g 46.7 g 1.5 g	かけうどん udon noodles in broth ¥250 364kcal 9.8 g 1.8 g 73.3 g 4.2 g	かけそば soba noodles in broth ¥250 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																																																											
	12月29日 Mon.					12月30日 Tue.					12月31日 Wed.					1月1日 Thu.					1月2日 Fri.					1月3日 Sat.																																	
定食 A	ミックスフライ										12/30～1/4まで お休みいたします																																																
	¥510																																																										
707kcal 28.5 g 19.3 g 107.9 g 1.8 g																																																											
定食 B	Stir-fried sliced pork & onion on the rice																													¥540																													
	835kcal 20.4 g 32.6 g 119.4 g 2.6 g																																																										
小鉢 A	ほうれん草胡麻和え																													¥100																													
	Parboiled spinach dressed with sesame sauce																																																										
30kcal 1.4 g 1.1 g 3.9 g 0.7 g																																																											
小鉢 B	ピリ辛こんにゃく																													¥100																													
	Simmered konnyaku jerry																																																										
33kcal 0.6 g 1.9 g 4.1 g 0.9 g																																																											
小鉢 C																														¥100																													
	56kcal 0.7 g 0.1 g 13.6 g 0.6 g																																																										
日替り 麺																														¥400																													
	695kcal 21.9 g 33.2 g 74.1 g 4.6 g																																																										
週替り カレー																														ポークカレー																													
																														Beef curry with rice										¥400																			
										586kcal 11.9 g 9.9 g 115.8 g 3.0 g																																																	
常設	おにぎり																													いなり(2個)										かけうどん										かけそば									
	Rice ball with seasoned Japanese basil																													Sushi rice wrapped in fried bean card										udon noodles in broth										soba noodles in broth									
	¥150																													¥150										¥250										¥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