

Weekly Menu

	4月13日 Mon.	4月14日 Tue.	4月15日 Wed.	4月16日 Thu.	4月17日 Fri.	4月18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	味噌チキンかつ丼 Chicken cutlet with sweet miso sauce on the rice ¥540 681kcal 17.3g 12.4g 128.6g 2.5g	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	手作り豆腐 Cold serve tofu with sesame sauce ¥100 22kcal 1.6g 0.6g 2.0g 0.9g	マカロニサラダ Fresh salad with macaroni salad ¥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 Chinese cabbage seasoned with ponzu soy-sauce ¥100 9kcal 0.8g 0.0g 1.9g 1.0g	春雨サラダ Fresh salad with Chinese glass noodle salad ¥100 35kcal 0.2g 1.1g 6.0g 0.6g	青梗菜の煮浸し Simmered chinese cabbage topped with scrambled egg ¥100 8kcal 0.5g 0.0g 1.8g 0.6g
小鉢 B	ザーサイとピーマンの和え物 0 ¥100 23kcal 0.4g 1.7g 1.8g 0.4g	ワカメと大根のレモン和え Daikon salad with wakame seaweed & dried baby sardine ¥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 2.3g 1.6g 1.4g 0.3g	ひじき煮 Hijiki seaweed & mustard plant dressed with sesame ¥100 29kcal 1.3g 1.3g 3.8g 0.7g	ポテトサラダ Fresh salad with potato salad ¥100 48kcal 0.5g 2.2g 6.4g 0.4g	きんぴらごぼう Braised burdock & carrot with soy based spicy sauce ¥100 48kcal 0.7g 2.3g 6.8g 0.5g
小鉢 C	菜の花のピーナッツ和え Canola flower seasoned with soy sauce ¥100 26kcal 2.1g 1.1g 2.7g 0.3g	豆苗と油揚げの煮浸し Simmered pea sprouts & bean curd ¥100 47kcal 2.3g 1.7g 5.4g 1.2g	かぼちゃサラダ Pumpkin & Potato salad with nuts ¥100 98kcal 0.5g 8.3g 5.6g 0.3g	切り干し大根の煮物 Simmered dried daikon & deep-fried surimi ¥100 81kcal 1.8g 1.3g 15.9g 1.5g	ミニサラダ Cabbage salad ¥100 23kcal 0.8g 0.1g 5.1g 0.7g	厚揚げ Simmered fried tofu with with egg sauce ¥100 75kcal 4.0g 3.5g 6.8g 1.9g
日替り 麺	四川汁なし担々麺 Chinese noodles in spicy sesame soup with around pork ¥400 695kcal 21.9g 33.2g 74.1g 4.6g	とんこつチャーシュー麺 Chinese noodles in thick pork broth ¥400 519kcal 20.3g 14.4g 72.5g 8.0g	【当店オリジナル】白湯チゲラーメン 0 ¥400 466kcal 24.4g 6.2g 74.3g 8.4g	味噌バターコーンラーメン Chinese noodles in soup with corn, wakame seaweed & butter ¥400 548kcal 18.4g 14.6g 82.4g 7.9g	豚バラ辛味噌葱ラーメン Chinese noodles in soup with braised pork & spicy leek ¥400 530kcal 19.7g 13.1g 80.0g 8.5g	味玉とんこつラーメン Chinese noodles with pork, boiled egg in soup ¥400 491kcal 21.7g 10.3g 72.2g 8.1g
週替り カレー	ビーフカレー Beef 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

Weekly Menu

	4月20日 Mon.	4月21日 Tue.	4月22日 Wed.	4月23日 Thu.	4月24日 Fri.	4月25日 Sat.
定食 A	豚キムチ炒め Stir-fried pork & kimchi with Korean sauce on the rice ¥510 673kcal 15.4g 17.7g 117.9g 3.2g	アジフライとチキンカツ Deep-fried breaded horse mackerel ¥510 749kcal 18.4g 23.6g 119.6g 1.2g	チョリソーと玉子と練り物の煮 Simmered deep fried bean curd cake & vegetables ¥510 726kcal 23.7g 23.0g 108.0g 3.4g	カレー麻婆豆腐 Stir-fried tofu with spicy ground beef sauce ¥510 668kcal 22.4g 17.8g 108.3g 2.0g	卵と野菜のビーフン炒め Stir-fried rice vermicelli with chicken, vegetables, scramble egg ¥510 747kcal 19.8g 19.0g 126.6g 2.1g	チキンソーテーモランボンジャンソース Grilled basil chicken with tomato sauce ¥510 732kcal 28.9g 20.1g 112.2g 2.4g
定食 B	シーフードミックスフライ Fried shrimp, horse mackerel & squid cutlet ¥540 775kcal 22.0g 23.3g 122.5g 2.2g	ハンバーグステーキ テリヤキソース Hamburg steak with demiglace sauce ¥540 668kcal 22.3g 11.2g 123.3g 3.1g	やわらかヒレカツ Pork filet cutlet ¥540 699kcal 23.3g 12.8g 125.8g 2.1g	鶏唐マヨ温玉丼 Fried chicken on the rice ¥540 891kcal 29.6g 34.4g 117.4g 2.6g	【中村屋監修】欧風カレー European curry ¥540 692kcal 19.4g 17.3g 117.7g 2.5g	海老カツ 0 ¥540 671kcal 14.7g 16.3g 119.5g 1.4g
小鉢 A	五目巾着 Simmered deep-fried bean curd cake & vegetables ¥100 63kcal 2.0g 2.7g 7.7g 1.2g	小松菜のなめこ和え Marinated mustard plant, enoki mushrooms with daikon sauce ¥100 6kcal 0.5g 0.0g 1.2g 0.0g	オレンジムース風デザート 0 ¥100 88kcal 1.8g 5.0g 8.9g 0.3g	ひじきと小松菜の胡麻和え Hijiki seaweed & mustard plant dressed with sesame ¥100 27kcal 0.8g 0.9g 4.6g 0.6g	ミニサラダ 0 ¥100 23kcal 0.8g 0.1g 5.1g 0.7g	ナス煮 Deep-fried eggplant & surimi dressed with Chinese spicy sauce ¥100 81kcal 1.1g 4.5g 9.0g 2.7g
小鉢 B	おくらとえのきのお浸し Boiled okra & enoki mushroom with soy-sauce ¥100 13kcal 0.7g 0.0g 3.1g 0.4g	ポテト明太子風味 0 ¥100 65kcal 0.7g 3.7g 7.4g 0.3g	菜の花のお浸し Canola flower seasoned with soy sauce ¥100 14kcal 1.9g 0.0g 1.9g 0.3g	きんぴらごぼう Braised burdock & carrot with soy based spicy sauce ¥100 46kcal 0.5g 1.4g 7.6g 0.4g	がんもの煮物 Simmered deep-fried bean curd cake & vegetables ¥100 48kcal 2.1g 1.4g 6.4g 2.0g	田楽味噌 0 ¥100 30kcal 0.7g 0.3g 6.4g 0.6g
小鉢 C	こんにゃくきんぴら 0 ¥100 37kcal 0.4g 1.6g 4.7g 0.6g	冷奴 Cold serve tofu with sesame sauce ¥100 36kcal 3.1g 1.8g 1.5g 0.9g	肉団子の甘酢あん Deep-fried spring roll, meatballs with sweet & sour sauce ¥100 106kcal 4.3g 4.3g 12.2g 1.0g	アサリとザーサイのピリ辛和え Boiled clam & Chinese pickle dressed with spicy sauce ¥100 34kcal 1.6g 1.9g 3.1g 0.8g	冷製玉子豆腐 0 ¥100 33kcal 2.5g 1.8g 0.9g 1.1g	高菜冷奴 Cold served tofu with takana pickles ¥100 33kcal 2.4g 1.8g 2.0g 0.5g
日替り 麺	熊本 とんこつラーメン Chinese noodles in pork based thick soup ¥400 576kcal 20.3g 20.1g 73.8g 7.7g	帆立バター味噌らーめん Chinese noodles in miso based soup Sannoro style ¥400 533kcal 19.7g 14.4g 76.2g 8.2g	【当店オリジナル】濃厚煮干ラーメン Chinese noodles in dried sardine based soup ¥400 527kcal 19.0g 16.2g 71.9g 6.9g	ご当地 徳島中華そば Chinese noodles in thick pork broth ¥400 539kcal 21.9g 14.8g 75.1g 8.3g	チャーシュー麺 Chinese noodles with Chinese braised pork in soup ¥400 505kcal 20.2g 13.1g 72.0g 6.5g	醤油とんこつラーメン Chinese noodles in soup ¥400 504kcal 18.1g 13.8g 72.7g 8.0g
週替り カレー	タイ風グリーンカレー Curry with rice ¥400 596kcal 15.9g 14.1g 104.8g 2.5g					
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