

Weekly Menu

	7月6日 Mon.	7月7日 Tue.	7月8日 Wed.	7月9日 Thu.	7月10日 Fri.	7月11日 Sat.
定食 A	チョリソーと玉子とがんと練り物の煮物 Simmered deepfried bean curd cake vegetables ¥510 822kcal 32.0g 29.2g 111.2g 6.1g	照焼きチキンと野菜コロッケ Chicken teriyaki ¥510 749kcal 27.6g 19.3g 120.7g 4.3g	鶏ささみ ピリ辛ごまだれ Steamed chicken with leek sauce ¥510 675kcal 38.9g 10.7g 110.5g 3.7g	ちくぜん煮 Braised chicken thigh vegetables ¥510 665kcal 20.8g 9.7g 128.7g 4.5g	鶏肉ときくらげの卵炒め ¥510 727kcal 28.4g 16.8g 120.6g 4.9g	チキンカツ Chicken cutlet fried breaded horse mackerel ¥510 744kcal 22.2g 19.4g 122.3g 3.2g
定食 B	中華肉団子 & 春巻き Spicy stir-fried meatballs, fried horse mackerel & croquette ¥540 868kcal 25.3g 23.4g 139.4g 4.8g	縞ほっけ焼き Grilled semidried Atka mackerel ¥540 662kcal 37.6g 11.0g 102.7g 6.1g	味噌チキンかつ丼 Chicken cutlet with sweet miso sauce on the rice ¥540 736kcal 20.5g 15.9g 129.9g 3.5g	海老天丼 Shrimp squid seasonal vegetable tempura bowl ¥540 713kcal 22.3g 16.2g 121.8g 4.5g	ダブルカツカレー Pork cutlet curry with rice ¥540 937kcal 24.5g 25.4g 154.1g 6.7g	ハンバーグステーキ デミグラスソース Hamburg steak with demiglace sauce ¥540 788kcal 26.5g 21.1g 124.4g 4.5g
小鉢 A	冷奴 Cold serve tofu with soy sauce ¥100 26kcal 2.4g 1.4g 1.4g 0.0g	マカロニサラダ ¥100 87kcal 1.2g 6.2g 6.6g 0.4g	いちごムース風デザート ¥100 87kcal 1.9g 5.1g 9.1g 0.3g	白菜キムチ ¥100 13kcal 0.5g 0.1g 2.6g 1.1g	春雨中華サラダ ¥100 41kcal 0.2g 1.3g 7.0g 0.7g	青梗菜のお浸し Simmered chinese cabbage topped with scrambled egg ¥100 8kcal 0.4g 0.0g 1.7g 0.6g
小鉢 B	ザーサイとピーマンの和え物 ¥100 25kcal 0.5g 1.7g 2.4g 0.4g	わかめと大根のレモン和え Daikon salad with wakame seaweed & dried baby sardine ¥100 14kcal 0.7g 0.1g 3.6g 1.1g	ほうれん草のおかか和え ¥100 30kcal 2.3g 1.8g 1.2g 0.2g	ひじきと小松菜の胡麻和え Hijiki seaweed & mustard plant dressed with sesame ¥100 21kcal 0.8g 0.7g 3.4g 0.4g	ポテトサラダ ¥100 48kcal 0.5g 2.2g 6.4g 0.4g	ごぼうのきんぴら ¥100 48kcal 0.8g 1.4g 8.1g 0.3g
小鉢 C	菜の花のピーナッツ和え Canola flower seasoned with peanut sauce ¥100 25kcal 2.2g 0.9g 2.6g 0.3g	豆苗と油揚げの煮浸し Simmered pea sprouts & bean curd ¥100 44kcal 2.8g 1.8g 4.8g 1.2g	栗かぼちゃの含め煮 ¥100 53kcal 1.2g 0.1g 12.8g 0.6g	温泉玉子 Poached egg ¥100 91kcal 7.6g 6.2g 1.0g 0.7g	ミニサラダ ¥100 23kcal 0.8g 0.2g 5.2g 0.7g	厚揚げのうま煮 Simmered deep-fried tofu & vegetables ¥100 54kcal 3.9g 3.7g 1.7g 0.9g
日替り 麺	博多とんこつラーメン Chinese noodles in thick pork broth ¥400 488kcal 16.9g 13.0g 72.6g 7.7g	もやしたっぷり醤油ラーメン Chinese noodles in soup ¥400 438kcal 18.4g 7.1g 72.3g 5.9g	四川担々麺 Chinese noodles in spicy sesame soup with around pork ¥400 610kcal 22.9g 24.1g 74.3g 6.2g	【当店オリジナル】油そば Chinese noodles with seasoning oil ¥400 692kcal 22.3g 32.7g 72.3g 3.7g	高菜とんこつラーメン Chinese noodles in pork broth with takana leaf ¥400 510kcal 18.7g 14.3g 74.8g 8.8g	台湾辛味らーめん Chinese noodles in soup ¥400 451kcal 19.5g 8.6g 71.2g 5.2g
週替り カレー	ビーフカレー Beef curry with rice ¥400 576kcal 12.3g 10.0g 109.6g 3.0g					
常設	おにぎり (のりたま) Rice ball with seasoned Japanese basil ¥150 265kcal 5.2g 1.5g 57.4g 0.3g	いなり (2個) Sushi rice wrapped in fried bean curd ¥150 254kcal 5.9g 4.9g 46.7g 1.4g	かけうどん udon noodles in broth ¥250 343kcal 7.4g 0.3g 77.8g 4.6g	かけそば soba noodles in broth ¥250 313kcal 14.4g 2.4g 58.5g 4.0g		

*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

	7月13日 Mon.	7月14日 Tue.	7月15日 Wed.	7月16日 Thu.	7月17日 Fri.	7月18日 Sat.
定食 A	豚キムチ炒め Stirfried pork kimchi with Korean sauce on the rice ¥510 737kcal 20.7g 21.8g 117.8g 5.2g	アジフライと肉コロッケ Deepfried breaded horse mackerel ¥510 826kcal 20.6g 27.1g 127.2g 4.1g	チョリソーと玉子と練り物の煮 Simmered deep fried bean curd cake vegetables ¥510 817kcal 31.8g 29.2g 110.1g 5.4g	カレー麻婆豆腐 Stirfried tofu with spicy ground beef sauce ¥510 734kcal 26.5g 21.4g 111.5g 3.9g	卵と野菜のビーフン炒め Stirfried rice vermicelli with chicken vegetables scramble egg ¥510 827kcal 26.9g 24.6g 128.5g 4.1g	チキンソテーモランボンジャンソース Grilled basil chicken with tomato sauce ¥510 810kcal 33.2g 24.5g 116.5g 5.0g
定食 B	シーフードミックスフライ Fried shrimp horse mackerel squid cutlet ¥540 818kcal 23.6g 27.0g 122.8g 4.3g	ハンバーグステーキ テリヤキソース Hamburg steak with demiglace sauce ¥540 786kcal 26.5g 20.1g 126.0g 5.1g	やわらかヒレカツ&野菜コロッケ Pork filet cutlet ¥540 768kcal 23.8g 16.1g 135.6g 4.4g	鶏唐照りマヨ丼 Fried chicken on the rice ¥540 832kcal 32.2g 26.5g 119.6g 4.4g	【中村屋監修】欧風カレー European curry ¥540 726kcal 26.6g 16.3g 119.8g 4.5g	海老カツ Pork cutlet ¥540 749kcal 19.2g 21.4g 121.5g 3.4g
小鉢 A	五目巾着 Simmered deepfried bean curd cake vegetables ¥100 59kcal 2.9g 3.5g 4.0g 1.2g	小松菜のなめこ和え ¥100 7kcal 0.7g 0.1g 1.2g 0.0g	オレンジムース風デザート ¥100 83kcal 2.0g 5.1g 8.1g 0.2g	ひじきと小松菜の胡麻和え Hijiki seaweed & mustard plant dressed with sesame ¥100 21kcal 0.8g 0.7g 3.4g 0.4g	ミニサラダ ¥100 23kcal 0.8g 0.2g 5.2g 0.7g	ナス煮 Deepfried eggplant surimi dressed with Chinese spicy sauce ¥100 71kcal 1.1g 3.7g 8.4g 2.7g
小鉢 B	おくらとえのきのお浸し Boiled okra & enoki mushroom with soy-sauce ¥100 12kcal 0.9g 0.0g 3.0g 0.4g	ポテト明太子風味 ¥100 66kcal 0.7g 3.6g 7.7g 0.3g	菜の花のお浸し ¥100 12kcal 1.9g 0.0g 1.6g 0.3g	温泉玉子 Poached egg ¥100 91kcal 7.6g 6.2g 1.0g 0.7g	がんもの煮物 Simmered deepfried bean curd cake vegetables ¥100 61kcal 3.0g 2.3g 6.6g 2.0g	田楽味噌 大根 ¥100 33kcal 0.9g 0.4g 6.5g 0.8g
小鉢 C	こんにゃくきんぴら ¥100 37kcal 0.5g 1.7g 4.4g 0.4g	冷奴 Cold serve tofu with soy sauce ¥100 26kcal 2.4g 1.4g 1.4g 0.0g	栗かぼちゃの含め煮 Simmered pumpkin ¥100 39kcal 1.2g 0.1g 9.1g 0.9g	アサリとザーサイのピリ辛和え Boiled clam Chinese pickle dressed with spicy sauce ¥100 35kcal 1.8g 2.0g 3.3g 1.1g	冷製玉子豆腐 ¥100 32kcal 2.8g 2.1g 0.7g 1.1g	高菜冷奴 ¥100 32kcal 2.7g 1.8g 1.9g 1.0g
日替り 麺	NEW ねぎチャーシュー麺 Chinese noodles in soup with braised pork & leek ¥400 438kcal 17.9g 6.8g 72.6g 6.3g	NEW あごだし中華そば Chinese noodles in grilled flying fish soup ¥400 405kcal 15.9g 4.8g 70.6g 4.0g	NEW 野菜たっぷり醤油ラーメン Chinese noodles in soup with stir-fried minced pork & vegetables ¥400 469kcal 20.9g 9.1g 74.6g 6.3g	NEW ねぎチャーシュー味噌ラーメン Chinese noodles in soup with braised pork & leek ¥400 484kcal 18.8g 10.0g 76.2g 6.8g	NEW 野菜たっぷりあごだしラーメン Chinese noodles in grilled flying fish soup with vegetables ¥400 449kcal 21.2g 7.3g 73.9g 4.1g	味玉とんこつラーメン Chinese noodles with pork boiled egg in soup ¥400 496kcal 22.8g 11.4g 71.2g 8.2g
週替り カレー	タイ風グリーンカレー Curry with rice ¥400 602kcal 16.8g 15.2g 99.9g 2.5g					
常設	おにぎり (のりたま) Rice ball with seasoned Japanese basil ¥150 265kcal 5.2g 1.5g 57.4g 0.3g	いなり (2個) Sushi rice wrapped in fried bean card ¥150 254kcal 5.9g 4.9g 46.7g 1.4g	かけうどん udon noodles in broth ¥250 343kcal 7.4g 0.3g 77.8g 4.6g	かけそば soba noodles in broth ¥250 313kcal 14.4g 2.4g 58.5g 4.0g		

*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