



Weekly Menu

	8月24日	Mon.	8月25日	Tue.	8月26日	Wed.	8月27日	Thu.	8月28日	Fri.	8月29日	Sat.																																				
定食 A	豚キムチ炒め					アジフライと肉コロッケ					チョリソーと玉子と練り物の煮					カレー麻婆豆腐					卵と野菜のビーフン炒め					チキンソテーモランボンジャンソース																						
	Stirfried pork kimchi with Korean sauce on the rice ¥510					Deepfried breaded horse mackerel ¥510					Simmered deep fried bean curd cake vegetables ¥510					Stirfried tofu with spicy ground beef sauce ¥510					Stirfried rice vermicelli with chicken vegetables scramble egg ¥510					Grilled basil chicken with tomato sauce ¥510																						
	737kcal 20.7g 21.8g 117.8g 5.2g					837kcal 20.4g 28.9g 126.3g 3.8g					817kcal 31.8g 29.2g 110.1g 5.4g					734kcal 26.5g 21.4g 111.5g 3.9g					827kcal 26.9g 24.6g 128.5g 4.1g					810kcal 33.2g 24.5g 116.5g 5.0g																						
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&野菜コロッケ					鶏唐照りマヨ丼					【中村屋監修】欧風カレー					海老カツ																						
	Fried shrimp horse mackerel squid cutlet ¥540					Hamburg steak with demiglace sauce ¥540					Pork filet cutlet ¥540					Fried chicken on the rice ¥540					European curry ¥540					Pork cutlet ¥540																						
	821kcal 24.2g 27.7g 121.4g 4.2g					786kcal 26.5g 20.1g 126.0g 5.1g					768kcal 23.8g 16.1g 135.6g 4.4g					884kcal 30.6g 31.6g 119.5g 4.4g					726kcal 26.6g 16.3g 119.8g 4.5g					748kcal 21.4g 21.8g 118.3g 3.3g																						
小鉢 A	五目巾着					小松菜のなめこ和え					オレンジムース風デザート					ひじきと小松菜の胡麻和え					ミニサラダ					ナス煮																						
	Simmered deepfried bean curd cake vegetables ¥100					¥100					¥100					Hijiki seaweed & mustard plant dressed with sesame ¥100					¥100					Deepfried eggplant surimi dressed with Chinese spicy sauce ¥100																						
	59kcal 2.9g 3.5g 4.0g 1.2g					7kcal 0.7g 0.1g 1.2g 0.0g					78kcal 1.6g 4.2g 9.1g 0.1g					21kcal 0.8g 0.7g 3.4g 0.4g					23kcal 0.8g 0.2g 5.2g 0.7g					71kcal 1.1g 3.7g 8.4g 2.7g																						
小鉢 B	おくらとえのきのお浸し					ポテト明太子風味					菜の花のお浸し					温泉玉子					がんもの煮物					田楽味噌 大根																						
	Boiled okra & enoki mushroom with soy-sauce ¥100					¥100					¥100					Poached egg ¥100					Simmered deepfried bean curd cake vegetables ¥100					¥100																						
	12kcal 0.9g 0.0g 3.0g 0.4g					66kcal 0.7g 3.6g 7.7g 0.3g					12kcal 1.9g 0.0g 1.6g 0.3g					91kcal 7.6g 6.2g 1.0g 0.7g					61kcal 3.0g 2.3g 6.6g 2.0g					33kcal 0.9g 0.4g 6.5g 0.8g																						
小鉢 C	こんにゃくきんぴら					冷奴					栗かぼちゃの含め煮					アサリとザーサイのピリ辛和え					冷製玉子豆腐					高菜冷奴																						
	¥100					Cold serve tofu with soy sauce ¥100					Simmered pumpkin ¥100					Boiled clam Chinese pickle dressed with spicy sauce ¥100					¥100					¥100																						
	37kcal 0.5g 1.7g 4.4g 0.4g					32kcal 3.0g 2.0g 0.9g 0.0g					39kcal 1.2g 0.1g 9.1g 0.9g					35kcal 1.8g 2.0g 3.3g 1.1g					32kcal 2.8g 2.1g 0.7g 1.1g					32kcal 2.7g 1.8g 1.9g 1.0g																						
日替り 麺	野菜たっぷり醤油ラーメン					あごだし中華そば					ねぎチャーシュー麺					野菜たっぷりあごだしラーメン					ねぎチャーシュー味噌ラーメン					味玉とんこつラーメン																						
	Chinese noodles in soup with stir-fried minced pork & veaetables ¥400					Chinese noodles in grilled flying fish soup ¥400					Chinese noodles in soup with braised pork & leek ¥400					Chinese noodles in grilled flying fish soup with veaetables ¥400					Chinese noodles in soup with braised pork & leek ¥400					Chinese noodles with pork boiled egg in soup ¥400																						
	453kcal 19.7g 8.1g 73.2g 6.3g					412kcal 16.4g 5.4g 70.8g 4.8g					451kcal 17.7g 8.9g 71.5g 6.2g					415kcal 18.5g 4.6g 72.9g 4.9g					497kcal 18.6g 12.1g 75.1g 6.7g					493kcal 22.8g 11.4g 70.8g 7.9g																						
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）												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											
	265kcal 5.2g 1.5g 57.4g 0.3g												254kcal 5.9g 4.9g 46.7g 1.4g												343kcal 7.4g 0.3g 77.8g 4.6g												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																																																		
	8月31日 Mon.					9月1日 Tue.					9月2日 Wed.					9月3日 Thu.					9月4日 Fri.					9月5日 Sat.																								
定食 A	麻婆春雨					茄子味噌炒めと餃子					豚肉炒り玉子					ハムカツ					豚しゃぶと野菜のゴマソース					鶏肉の胡麻風味焼き																								
	Bean starch vermicelli in mapo sauce ¥510					¥510					Stirfried chicken vegetables scrambled egg with amber sauce ¥510					¥510					Ham cutlet ¥510					¥510					Braised pork with Onsen egg over stir-fried vegetables ¥510					¥510					Chicken saut with sesame flavor ¥510									
	778kcal	17.9g	16.2g	145.5g	4.7g	780kcal	20.3g	22.5g	126.1g	5.7g	743kcal	30.4g	19.1g	116.8g	5.3g	790kcal	22.5g	19.1g	133.6g	4.3g	766kcal	20.3g	27.8g	111.8g	3.1g	772kcal	33.4g	22.8g	111.1g	3.7g																				
定食 B	【ゴーゴーカレー監修】金沢カレー					豚しょうが焼き丼					白身魚（鱈）のソースカツ丼					ハンバーグ ジンジャーソース					四川麻婆豆腐					豚焼肉炒め丼																								
	¥540					Stir-fried pork with ginger sauce on the rice ¥540					¥540					Breaded white fish & chikuwa tempura rice bowl ¥540					¥540					Hamburg steak with ginger sauce ¥540					¥540					Stirfried tofu with spicy ground beef sauce ¥540					¥540					Stir-fried pork & vegetables on the bowl of rice ¥540				
	725kcal	18.1g	16.8g	125.4g	5.6g	718kcal	29.6g	17.6g	113.3g	4.1g	678kcal	24.1g	9.4g	127.3g	4.9g	790kcal	26.7g	20.1g	126.4g	5.1g	758kcal	28.5g	23.5g	111.1g	4.1g	704kcal	29.3g	17.7g	110.2g	3.5g																				
小鉢 A	竹輪とわかめの和風和え					ほうれん草のピーナッツ和え					ブルーベリームース風デザート					小松菜とひじきのナムル					ポテトの明太ソース					キムチ冷奴																								
	Surimi cabbage dressed with miso mayonnaise ¥100					¥100					¥100					¥100					Poteto seasoned with codroe sauce ¥100					¥100					Cold serve tofu with sesame sauce ¥100					¥100														
	94kcal	2.6g	7.8g	4.0g	1.2g	21kcal	1.3g	1.0g	2.1g	0.3g	80kcal	1.6g	4.2g	9.8g	0.1g	15kcal	0.7g	0.5g	2.1g	0.3g	59kcal	0.7g	3.2g	6.7g	0.3g	33kcal	2.9g	2.0g	1.4g	0.3g																				
小鉢 B	ポテトの胡麻マヨ和え					冷奴					青梗菜ともやしの中華和え					ピリ辛こんにゃく					おくらとえのきのお浸し					肉団子のうま煮																								
	Potato with sesame mayonnaise sauce ¥100					¥100					Chinese cabbage seasoned with Chinese sauce ¥100					¥100					Simmered konnyaku jerry ¥100					¥100					Boiled okra enoki mushroom with soysauce ¥100					¥100					Braised chicken meat ball & vegetables with Chinese gravy sauce ¥100									
	85kcal	0.8g	5.4g	8.4g	0.3g	33kcal	3.1g	2.0g	1.2g	0.0g	25kcal	0.8g	1.8g	1.7g	0.2g	33kcal	0.7g	1.9g	3.9g	0.9g	12kcal	0.9g	0.0g	3.2g	0.1g	111kcal	4.3g	4.1g	13.8g	1.0g																				
小鉢 C	切り昆布の子和え					厚揚げ煮					切り干し大根の煮物					茄子煮					温泉玉子					ひじきと蒸し鶏のわさびマヨ和え																								
	Kombu seaweed Stirfried bamboo shoot fried tofu carrot ¥100					¥100					Simmered dried daikon deepfried surimi ¥100					¥100					Deepfried eggplant dressed with Korean sauce ¥100					¥100					Poached egg ¥100					¥100					Hijiki seaweed steamed chicken with wasabi mayonnaise ¥100									
	25kcal	1.4g	0.5g	3.6g	0.7g	71kcal	3.9g	3.7g	5.9g	0.9g	78kcal	1.7g	4.1g	9.5g	0.7g	69kcal	0.6g	5.0g	5.6g	0.6g	91kcal	7.6g	6.2g	1.0g	0.7g	69kcal	1.8g	5.6g	3.7g	0.5g																				
日替り 麺	熊本 とんこつラーメン					帆立バター味噌らーめん					【当店オリジナル】濃厚煮干ラーメン					ご当地 徳島中華そば					チャーシュー麺					醤油とんこつラーメン																								
	Chinese noodles in pork based thick soup ¥400					¥400					Chinese noodles in dried sardine based soup ¥400					¥400					Chinese noodles in thick pork broth ¥400					¥400					Chinese noodles with Chinese braised pork in soup ¥400					¥400					Chinese noodles in soup ¥400									
	572kcal	20.8g	21.0g	72.0g	7.5g	524kcal	20.3g	14.0g	74.8g	8.2g	515kcal	18.6g	16.1g	70.2g	6.8g	537kcal	22.7g	15.1g	73.2g	8.4g	504kcal	20.2g	14.4g	69.4g	6.4g	497kcal	17.8g	14.2g	70.7g	8.0g																				
週替り カレー	ポークカレー																																																	
	Pork curry with rice ¥400																																																	
	557kcal 11.4g 10.5g 106.7g 3.3g																																																	
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					¥150					Sushi rice wrapped in fried bean card ¥150					¥150					udon noodles in broth ¥250					¥250					soba noodles in broth ¥250					¥250														
	265kcal	5.2g	1.5g	57.4g	0.3g	254kcal	5.9g	4.9g	46.7g	1.4g	343kcal	7.4g	0.3g	77.8g	4.6g	313kcal	14.4g	2.4g	58.5g	4.0g																														