

Weekly Menu																																			
		9月28日 Mon.					9月29日 Tue.					9月30日 Wed.					10月1日 Thu.					10月2日 Fri.					10月3日 Sat.								
定食 A	チオリソーと玉子とがんもと練り物の煮物										照焼きチキンと野菜コロッケ					鶏ささみ ピリ辛ごまだれ					田舎五目煮					豚肉ときくらげの卵炒め					チキンカツ				
	Simmered deepfried bean curd cake vegetables ¥510 822kcal 32.0g 29.2g 111.2g 6.1g										Chicken teriyaki ¥510 749kcal 27.6g 19.3g 120.7g 4.3g					Boiled sliced pork, vegetables & tofu with Korean miso sauce ¥510 717kcal 39.2g 16.1g 108.3g 3.3g					Simmered vegetables, tofu & konnvaku ¥510 615kcal 20.0g 9.8g 116.0g 4.8g					¥510 712kcal 27.0g 16.1g 120.6g 4.8g					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										チーズinハンバーグ					味噌チキンかつ丼					海老天丼					ダブルカツカレー					ハンバーグステーキ デミグラスソース				
	Spicy stir-fried meatballs, fried horse mackerel & croquette ¥540 868kcal 25.3g 23.4g 139.4g 4.8g										Cheese-stuffed hamburg steak and breaded white fish with tomato ¥540 805kcal 26.0g 24.9g 119.1g 4.0g					Chicken cutlet with sweet miso sauce on the rice ¥540 736kcal 20.5g 15.9g 129.9g 3.5g					Shrimp squid seasonal vegetable tempura bowl ¥540 713kcal 22.3g 16.2g 121.8g 4.5g					Pork cutlet curry with rice ¥540 937kcal 24.5g 25.4g 154.1g 6.7g					Hamburg steak with demiglace sauce ¥540 734kcal 23.5g 17.7g 121.4g 4.1g				
小鉢 A	冷奴										マカロニサラダ					いちごムース風デザート					白菜キムチ					春雨中華サラダ					青梗菜のお浸し				
	Cold serve tofu with soy sauce ¥100 32kcal 3.0g 2.0g 0.9g 0.0g										¥100 87kcal 1.2g 6.2g 6.6g 0.4g					¥100 82kcal 1.5g 4.2g 10.1g 0.2g					¥100 13kcal 0.5g 0.1g 2.6g 1.1g					¥100 41kcal 0.2g 1.3g 7.0g 0.7g					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										わかめと大根のレモン和え					ほうれん草のおかか和え					ひじきと小松菜の胡麻和え					ポテトサラダ					ごぼうのきんぴら				
	¥100 25kcal 0.5g 1.7g 2.4g 0.4g										Daikon salad with wakame seaweed & dried baby sardine ¥100 11kcal 0.4g 0.0g 2.7g 0.6g					¥100 30kcal 2.3g 1.8g 1.2g 0.2g					Hijiki seaweed & mustard plant dressed with sesame ¥100 21kcal 0.8g 0.7g 3.4g 0.4g					¥100 48kcal 0.5g 2.2g 6.4g 0.4g					¥100 48kcal 0.8g 1.4g 8.1g 0.3g				
小鉢 C	菜の花のピーナッツ和え										豆苗と油揚げの煮浸し					栗かぼちゃの含め煮					温泉玉子					ミニサラダ					厚揚げのうま煮				
	Canola flower seasoned with peanut sauce ¥100 25kcal 2.2g 0.9g 2.6g 0.3g										Simmered pea sprouts & bean curd ¥100 44kcal 2.8g 1.8g 4.8g 1.2g					¥100 53kcal 1.2g 0.1g 12.8g 0.6g					Poached egg ¥100 91kcal 7.6g 6.2g 1.0g 0.7g					¥100 23kcal 0.8g 0.2g 5.2g 0.7g					Simmered deep-fried tofu & vegetables ¥100 64kcal 4.0g 3.7g 4.3g 1.5g				
日替り 麺	博多とんこつラーメン										もやしたっぷり醤油ラーメン					四川担々麺					【当店オリジナル】油そば					高菜とんこつラーメン					台湾辛味らーめん				
	Chinese noodles in thick pork broth ¥400 493kcal 17.2g 13.5g 72.5g 7.7g										Chinese noodles in soup ¥400 438kcal 18.2g 7.5g 71.5g 5.9g					Chinese noodles in spicy sesame soup with around pork ¥400 610kcal 22.9g 24.1g 74.3g 6.2g					Chinese noodles with seasoning oil ¥400 690kcal 22.3g 32.8g 72.1g 3.6g					Chinese noodles in pork broth with takana leaf ¥400 511kcal 18.7g 14.3g 74.8g 8.8g					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)										いなり (2個)					かけうどん					かけそば														
	Rice ball with seasoned Japanese basil ¥150 265kcal 5.2g 1.5g 57.4g 0.3g										Sushi rice wrapped in fried bean card ¥150 254kcal 5.9g 4.9g 46.7g 1.4g					udon noodles in broth ¥250 343kcal 7.4g 0.3g 77.8g 4.6g					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																																			
10月5日 Mon.						10月6日 Tue.						10月7日 Wed.						10月8日 Thu.						10月9日 Fri.						10月10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 668kcal 22.4g 13.6g 117.8g 5.2g					Deepfried breaded horse mackerel ¥510 837kcal 20.4g 28.9g 126.3g 3.8g					Simmered deep fried bean curd cake vegetables ¥510 817kcal 31.8g 29.2g 110.1g 5.4g					Stirfried tofu with spicy ground beef sauce ¥510 734kcal 26.5g 21.4g 111.5g 3.9g					Stirfried rice vermicelli with chicken vegetables scramble egg ¥510 827kcal 26.9g 24.6g 128.5g 4.1g					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					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 821kcal 24.2g 27.7g 121.4g 4.2g					Hamburg steak with demiglace sauce ¥540 732kcal 23.5g 16.7g 123.0g 4.7g					Pork filet cutlet ¥540 768kcal 23.8g 16.1g 135.6g 4.4g					Fried chicken on the rice ¥540 884kcal 30.6g 31.6g 119.5g 4.4g					European curry ¥540 726kcal 26.6g 16.3g 119.8g 4.5g					Pork cutlet ¥540 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 59kcal 2.9g 3.5g 4.0g 1.2g					¥100 7kcal 0.7g 0.1g 1.2g 0.0g					¥100 78kcal 1.6g 4.2g 9.1g 0.1g					Hijiki seaweed & mustard plant dressed with sesame ¥100 21kcal 0.8g 0.7g 3.4g 0.4g					¥100 23kcal 0.8g 0.2g 5.2g 0.7g					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					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 12kcal 0.9g 0.0g 3.0g 0.4g					¥100 66kcal 0.7g 3.6g 7.7g 0.3g					¥100 12kcal 1.9g 0.0g 1.6g 0.3g					Poached egg ¥100 91kcal 7.6g 6.2g 1.0g 0.7g					Simmered deepfried bean curd cake vegetables ¥100 61kcal 3.0g 2.3g 6.6g 2.0g					¥100 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 37kcal 0.5g 1.7g 4.4g 0.4g					Cold serve tofu with soy sauce ¥100 32kcal 3.0g 2.0g 0.9g 0.0g					Simmered pumpkin ¥100 39kcal 1.2g 0.1g 9.1g 0.9g					Boiled clam Chinese pickle dressed with spicy sauce ¥100 35kcal 1.8g 2.0g 3.3g 1.1g					¥100 32kcal 2.8g 2.1g 0.7g 1.1g					¥100 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					煮干ラーメン NEW					野菜たっぷりあごだしラーメン					味噌コーンらーめん NEW					味玉とんこつラーメン									
	Chinese noodles in soup with stir-fried minced pork & vegetables ¥400 453kcal 19.7g 8.1g 73.2g 6.3g					Chinese noodles in grilled flying fish soup ¥400 412kcal 16.4g 5.4g 70.8g 4.8g					Chinese noodles in dried sardine based soup ¥400 451kcal 18.3g 8.8g 70.9g 6.0g					Chinese noodles in grilled flying fish soup with vegetables ¥400 416kcal 18.6g 4.6g 73.1g 5.2g					Chinese noodles in soup with braised pork & leek ¥400 494kcal 18.5g 9.0g 81.6g 6.7g					Chinese noodles with pork boiled egg in soup ¥400 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 265kcal 5.2g 1.5g 57.4g 0.3g					Sushi rice wrapped in fried bean card ¥150 254kcal 5.9g 4.9g 46.7g 1.4g					udon noodles in broth ¥250 343kcal 7.4g 0.3g 77.8g 4.6g					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