

5月 日替わりメニュー

月

火

水

木

金

2025
May

5

店休日

6

店休日

7

さかなの日

◎ 豚肉と海老入り! 海鮮八宝菜
白身魚フライ・チリソース
高野豆腐のカニカマ和風あん
白菜漬のおかか和え
ポテトサラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	642kcal	19.9g	18.7g	96.9g	2.8g
ヘルシー	439kcal	13.5g	12.1g	67.8g	2.1g

8

◎ チキンカツ・粒マスタード入りソース
7品目具材の豆腐ハンバーグ・和風あん
大豆とパプリカのベベロンチーノ風
切干大根煮
キャベツとコーンの5種果汁おろしサラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	735kcal	21.0g	26.2g	102.1g	3.0g
ヘルシー	483kcal	14.0g	15.4g	71.3g	2.1g

9

◎ 鶏肉となすのジューストマトカレー
ごろっと枝豆コロッケ
きんぴられんこん
おまかせの副菜
食物繊維豊富! ひじきのシーザーサラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	673kcal	19.4g	18.6g	104.3g	2.8g
ヘルシー	448kcal	13.2g	11.1g	72.6g	2.0g

12

◎ 香味野菜が決め手 ジューシー油淋鶏(ユリリンチー)
肉団子と春雨の中華煮込み
たこと紅生姜の揚げ天
ヤングコーンとピーマンのサクサク醤油炒め
マカロニサラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	809kcal	23.8g	32.1g	103.7g	3.3g
ヘルシー	495kcal	13.9g	17.0g	69.9g	2.1g

13

👑 Premium 母の日にちなんで

◎ 牛ハラミカツ・和風あん
◎ 合鴨とずりおろし野菜ドレッシングのデリ風おかず
ミートボールトマトバジルソース
花野菜と広島菜のしば漬サラダ
クランベリーとチョコチップのケーキ・オ・ショコラ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	766kcal	18.3g	27.8g	107.1g	2.1g
ヘルシー	508kcal	12.6g	16.9g	74.5g	1.4g

14

◎ 鶏肉と野菜のヤンニョム炒め
完熟トマトのパリッとピザロール
銚子名物カレーボール
切干大根のごま和え
ポテトサラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	674kcal	16.8g	19.7g	105.9g	2.9g
ヘルシー	454kcal	11.5g	12.2g	73.5g	2.2g

15

おとなさまランチフェア

◎ 食欲そそる! BBQソースでミニハンバーグ
◎ 大人も大好き! 骨なしフライドチキン
アンチョビポテト
小松菜とパプリカのバターソテー
白菜漬とわかめのポン酢ジュレ和え

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	737kcal	20.6g	25.4g	105.4g	3.0g
ヘルシー	492kcal	13.2g	15.9g	73.4g	2.1g

16

◎ 豚しゃぶの5種果汁おろしダレ
お楽しみの揚げ物
京風卵の花〜おからと野菜煮〜
ひじき煮
春雨のマヨサラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	663kcal	18.8g	19.8g	101.2g	2.6g
ヘルシー	455kcal	12.6g	12.8g	71.6g	1.8g

19

◎ 照り焼きチキン風
ネギ塩ダレで味わう海老イカ海鮮メンチ
ちくわ磯辺揚げ
切干大根煮
キャベツとヤングコーンの青じそ風味サラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	607kcal	22.9g	13.0g	97.4g	2.3g
ヘルシー	416kcal	14.4g	8.9g	68.2g	1.7g

20

◎ ガツンとジューシーメンチ・もろみ醤油
シーフードの柚子胡椒チャプチェ
大豆とナッツの中華風五目炒め煮
紅芯大根とかぶのマリネ
マカロニサラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	706kcal	18.6g	21.6g	107.4g	2.6g
ヘルシー	472kcal	12.4g	13.5g	74.0g	1.9g

21

★ Special

◎ 黒トリュフ香る唐揚げ
◎ アブラカレイのちゃんちゃん風味噌ダレ
肉さつま揚げ・和風あん
小松菜の豆乳煮
さつま芋と枝豆の和風サラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	796kcal	24.2g	31.1g	102.2g	2.2g
ヘルシー	522kcal	16.3g	18.3g	71.4g	1.6g

22

◎ 牛肉と真っ赤なトマトのデミグラス煮込み
帆立風味フライ・カレーソース
高野豆腐と花魁の煮物
おまかせの副菜
切昆布とこんにゃくのサラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	602kcal	16.4g	14.0g	105.3g	2.9g
ヘルシー	412kcal	11.7g	8.8g	75.7g	2.0g

23

👑 Premium みやぎきマンゴーの日

◎ 宮崎郷土料理チキン南蛮風・麦味噌タルタル
◎ とろたまハンバーグ・すきやき風ダレ
ツナときゅうりの冷や汁風
白菜漬とコーンの梅風味サラダ
"マンゴーの王様"アルフォンソマンゴーのロールケーキ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	822kcal	22.3g	34.3g	103.9g	3.2g
ヘルシー	521kcal	14.1g	19.3g	71.4g	2.2g

26

◎ 中華風豚チリ彩り炒め〜玉子野菜入り〜
磯の香広がる裏切らない旨白身魚フライ
花がんもの煮物
枝豆とひじきの山椒ネギ和え
ポテトサラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	759kcal	18.7g	29.0g	102.5g	2.9g
ヘルシー	529kcal	13.8g	19.5g	72.6g	2.2g

27

瀬戸内フェア

◎ 瀬戸内塩レモンマヨでプリッと海老カツ
◎ 神戸ほっかけ風! 牛すじとこんにゃく煮込み
お出汁でいただく〜明石焼き風たこ焼き〜
瀬戸むらさき(広島菜漬)使用 きゅうりの赤しそ風味
岡山郷土料理"柚子味噌"風味さつま芋もサラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	641kcal	15.8g	16.5g	105.7g	2.4g
ヘルシー	444kcal	10.6g	10.8g	74.8g	1.7g

28

◎ ビーフ入りハンバーグ・5種果汁のおろしソース
たらとスモークチーズの練り天・トマトソース
タコ入り! 海鮮チヂミ
きのこ切干のもろみ炒め
店主おすすめ! 品

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	738kcal	19.0g	26.5g	104.4g	2.7g
ヘルシー	495kcal	12.5g	16.1g	74.1g	1.8g

29

肉の日

◎ 黒酢の酢豚
台湾風蒸し鶏の香味ネギソース〜ピリ辛野菜添え〜
ひじき煮
マカロニサラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	616kcal	20.1g	15.0g	98.9g	3.0g
ヘルシー	426kcal	13.1g	10.3g	69.4g	2.1g

30

★ Special

◎ 鳥取県境港産紅ズワイカニクリームコロッケ
◎ 合鴨と野菜のスタミナ春雨炒め
野菜たっぷり揚げ餃子
豆もやしときゅうりの青じそ風味
昆布と生姜のサラダ

	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
デラックス	722kcal	14.9g	24.2g	105.6g	2.4g
ヘルシー	471kcal	10.3g	13.9g	72.2g	1.7g

◎マークは写真で紹介しているメニューです。

十二穀ご飯
使用



日替わり デラックス弁当

日替わりのおかず5品
カロリー目安750kcal



日替わり ヘルシー弁当

日替わりのおかず5品
カロリー目安550kcal

👑 Premium

季節にちなんだプレミアムなメニュー。
デザート付きです。

★ Special

魅力的なおかずを盛り込んだ
スペシャルメニューです。



さかなの日

※写真はイメージです。 ※記載されているカロリー、栄養成分の値は弁当一個分ですが、あくまでも目安です。栄養素の摂取量を保証するものではありません。
※当店のお弁当はアレルギーに対し特別な配慮はしていません。ご了承ください。
※仕入れの状況により、予告なく内容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。

毎月3〜7日は、水産庁が定める「さかなの日」です。消費拡大に向けた取り組みとして、5/7は水産物を豊富に使用しています。