

7月 日替わりメニュー

管理栄養士が考えた

2025
July

月

火

水

木

金

1



⑩ 豚肉と玉子の中華炒め
ごま油香る! 塩じゃがコロッケ
ソースたこ焼き
大根の含め煮
カリフラワーのマリネ

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 649kcal	17.7g	19.8g	97.5g	2.6g
ヘルシー 437kcal	11.7g	12.4g	68.2g	1.9g

2



⑩ 熟成ベーコンと枝豆のクリームコロッケ
揚げ肉団子の甘酢あん
大豆の甘辛炒め
ツナと人参のやみつきナムル
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 775kcal	17.4g	26.5g	110.6g	2.6g
ヘルシー 510kcal	12.3g	17.2g	75.5g	1.8g

3



⑩ さかなの日
鶏唐揚げ・明太マヨネーズ
アブラカレイの柚子胡椒あん
鏡子名物カレーボール・コンソメ煮
あざりとかめの酢味噌和え
鮭ときゅうりのオニオンサラダ

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 774kcal	26.0g	31.0g	95.6g	3.2g
ヘルシー 444kcal	14.7g	13.1g	65.4g	2.2g

4



⑩ ★ Special
⑩ 極厚! サクサクハムカツ
⑩ ヤンニョム鯖(さば)〜韓国風ビリ辛ソース〜
ちくわ磯辺揚げ
小松菜の中串あん
さつま芋とかぼちゃのマヨサラダ

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 767kcal	26.0g	28.1g	105.1g	2.5g
ヘルシー 506kcal	13.5g	17.1g	73.6g	1.7g

7



⑩ 黒酢の許豚
お楽しみの揚げ物
竹の子とパプリカのきんぴら
切干大根煮
キャベツと枝豆の青じそサラダ

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 762kcal	21.0g	28.4g	105.6g	2.7g
ヘルシー 518kcal	14.6g	18.0g	74.5g	2.1g

8



⑩ Premium セタにちなんで
⑩ 海老フライ・ごろっとポテトの黒胡椒マヨ
⑩ 合鴨の天の川風坦々混ぜそば
コーン入りマトミートボール
星型オクラとこんにゃくのキラキラサラダ
つるんと涼やか ソーダ水まんじゅう

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 638kcal	15.6g	16.6g	104.3g	2.0g
ヘルシー 442kcal	10.9g	10.0g	75.5g	1.3g

9



⑩ サクサクチキンカツ・ソース
たらとスモークチーズの練り天・甘辛ダレ
ヤングコーンのもろみ醤油炒め
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 705kcal	17.9g	25.8g	98.3g	2.6g
ヘルシー 469kcal	11.8g	15.6g	69.2g	2.0g

10



⑩ BBQソースで煮込みハンバーグ
ごろっと枝豆コロッケ
きんぴられんこん
チンゲン菜の豆乳煮
切干大根の粒マスタードサラダ

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 678kcal	16.9g	17.3g	112.5g	2.8g
ヘルシー 446kcal	11.5g	10.0g	77.8g	1.9g

11



⑩ 鶏肉とさつま芋の山椒炒め
フリフリ海老入り水餃子
京風卵の花〜おからと野菜煮〜
おまかせの副菜
人参と水菜のエスニックサラダ

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 570kcal	18.0g	9.3g	101.0g	2.7g
ヘルシー 394kcal	12.1g	6.5g	70.8g	1.0g

14



⑩ やみつき旨辛チキン
磯の香広がる裏切らない旨さ白身魚フライ
こぼろと大豆のカレー炒め
切干大根煮
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 664kcal	26.4g	17.2g	95.8g	2.3g
ヘルシー 484kcal	17.9g	13.2g	72.0g	1.9g

15



⑩ 照焼さき月見ハンバーグ
栗かぼちゃコロッケ
花がんもの煮物
オクラと煮味のチャンプルー
店主おすすめ1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 756kcal	16.1g	26.2g	115.4g	2.8g
ヘルシー 487kcal	11.1g	15.1g	83.4g	2.1g

16



⑩ 九州・沖縄フェア
宮崎県 ⑩ 宮崎郷土料理チキン南蛮風・マスタードタルタル
⑩ シンリアンライス風牛肉と野菜の甘辛マヨ
鹿児島県 ⑩ 鹿児島名物さつま揚げを鶏肉で
玉子と野菜のチャンプルー
こんにゃくの明太高菜サラダ

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 728kcal	20.3g	26.3g	99.5g	3.2g
ヘルシー 480kcal	14.0g	15.9g	68.5g	2.4g

17



⑩ 牛すじ肉入りデミグラス煮込み
お楽しみの1品
タコ入り! 海鮮チヂミ
豆もやしと人参の昆布酢汁ジュレ
キャベツとコーンのマヨサラダ

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 646kcal	20.3g	18.2g	98.1g	2.1g
ヘルシー 437kcal	12.9g	11.2g	68.8g	1.6g

18



⑩ 鯖(まぐろ)のココロ竜田
豚(き)肉と里芋のカレーマッシュ
大根のコンソメ煮
きゅうりの生麦昆布和え
ひじきと枝豆の梅ネギサラダ

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 619kcal	22.0g	10.4g	96.1g	2.1g
ヘルシー 429kcal	15.4g	7.2g	68.3g	1.6g

21



店休日

22



⑩ 大分名物! とり天・柚子胡椒風味
鱈(さけ)のバター醤油ソース
切干と彩り野菜のチャプチェ風
おまかせの副菜
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	24.9g	23.7g	97.4g	2.2g
ヘルシー 474kcal	15.3g	14.6g	70.4g	1.7g

23



⑩ 海老カツ・タルタルソース
蒸し鶏と揚げなすの香味だれ
野菜天・和風あん
ひじき煮
店主おすすめ1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 672kcal	18.1g	21.9g	100.1g	2.6g
ヘルシー 451kcal	11.9g	13.4g	70.4g	2.1g

24



⑩ ガツンとジューシーメンチ・ソース
豚肉と春雨の酸辣湯(サンカラタン)風
豚団子・和風あん
かぶと高菜のごま和え
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 717kcal	19.0g	24.2g	103.7g	2.6g
ヘルシー 477kcal	12.6g	14.8g	71.9g	1.9g

25



⑩ Premium 世界の料理巡り
アメリカ ⑩ アメリカン! パッパアローチキン
ドイツ ⑩ ビーフ入りハンバーグ・カリールスト風
タイ料理 カバオ風バジル炒め
セビーチェ風 カニカマ入りレモンマリネ
とろ〜りチョコレートチュロス

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 758kcal	22.1g	27.1g	104.6g	2.3g
ヘルシー 495kcal	13.5g	16.0g	73.2g	1.5g

28



⑩ 中華風豚チリ彩り炒め
海老入り海鮮カツ・ソース
たこと紅生姜の揚げ天
切干大根煮
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 738kcal	16.8g	24.6g	107.7g	2.6g
ヘルシー 506kcal	12.3g	16.5g	74.3g	2.0g

29



⑩ ★ Special
⑩ 黒トリュフ香る唐揚げ
⑩ そばとニョッキの和風ラグーソース
野菜たっぷり揚げ餃子
広島菜とこんにゃくのしば漬和え
豆腐とひじきの和風サラダ

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 773kcal	18.0g	26.4g	112.8g	2.4g
ヘルシー 503kcal	12.3g	15.5g	76.3g	1.8g

30



⑩ 国産生姜使用! 豚肉生姜焼き・野菜添え
さつま芋コロッケ・黒ごま風味
新鮮野菜と豆腐のちぎり揚げ
わかめときゅうりのサクサク醤油ナムル
キャベツと人参のコールスローサラダ

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 683kcal	15.1g	21.2g	107.1g	2.1g
ヘルシー 464kcal	10.4g	14.2g	72.9g	1.7g

31



⑩ 粗挽きハンバーグ・オムカレー風ソース
⑩ イタリアン! ビザロール春巻き
かぶときのこのペペロンチーノ
3種チーズマッシュポテト
プロコッリとすりおろし野菜の洋風サラダ

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 761kcal	19.4g	27.2g	108.5g	2.7g
ヘルシー 490kcal	12.5g	15.6g	74.5g	1.8g

⑩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。



※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。
※当店の弁当はアレルギーに対し特別な配慮はしておりません。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、7/3は水産物を豊富に使用しています。

7

2025
7/1~7/31

注文内容をご記入のうえ、**お届け日前日**までにFAXをお願いいたします。

店舗番号 159

FAXご注文書

FAX025-512-2260
【お届け日前日まで】

TEL025-522-4946
【当日9:00まで】

日替わり弁当

月			火			水			木			金		
			1	種類	個数	2 熟成ベーコン	種類	個数	3	種類	個数	4 スペシャル	種類	個数
				ヘルシー	個		ヘルシー	個		ヘルシー	個		ヘルシー	個
				デラックス	個		デラックス	個		デラックス	個		デラックス	個
				デラックス大	個		デラックス大	個		デラックス大	個		デラックス大	個
7			8 プレミアム	種類	個数	9	種類	個数	10	種類	個数	11	種類	個数
				ヘルシー	個		ヘルシー	個		ヘルシー	個		ヘルシー	個
				デラックス	個		デラックス	個		デラックス	個		デラックス	個
				デラックス大	個		デラックス大	個		デラックス大	個		デラックス大	個
14			15	種類	個数	16 九州・沖縄フェア	種類	個数	17	種類	個数	18	種類	個数
				ヘルシー	個		ヘルシー	個		ヘルシー	個		ヘルシー	個
				デラックス	個		デラックス	個		デラックス	個		デラックス	個
				デラックス大	個		デラックス大	個		デラックス大	個		デラックス大	個
21 店休日			22	種類	個数	23	種類	個数	24	種類	個数	25 プレミアム	種類	個数
				ヘルシー	個		ヘルシー	個		ヘルシー	個		ヘルシー	個
				デラックス	個		デラックス	個		デラックス	個		デラックス	個
				デラックス大	個		デラックス大	個		デラックス大	個		デラックス大	個
28			29 スペシャル	種類	個数	30	種類	個数	31 洋食フェア	種類	個数			
				ヘルシー	個		ヘルシー	個		ヘルシー	個			
				デラックス	個		デラックス	個		デラックス	個			
				デラックス大	個		デラックス大	個		デラックス大	個			

ご注意:当日で好評いただきますと、時間前に完売する事もございます。 ※締切前はお電話が大変込み合いますので、前日またはなるべくお早めの時間までにご注文をお願いいたします。

お客様お届け先

※衛生面には十分配慮しておりますが、配達後は冷蔵所に保管頂き、当日14:00までにお召し上がりください。

住所 〒			
ビル名	階数	階	
会社名 (フリガナ)	TEL ()	FAX ()	
部署名		ご担当者名(フリガナ) 様	
備考			