

7月 大人気ヘルシーBランチ

定価 ¥520
(税込 ¥562)
主小盛 ¥500
(税込 ¥540)

●ご注文は-----
日本橋店
・03-5606-3411(代)
TEL・03-5606-3421
・03-5606-3891
FAX・03-5606-3425

◎食数の変更は当日9時20分迄にお知らせ下さい。◎お休みの時は前日迄にお知らせ下さい。◎仕入れの都合により内容を変えさせていただくこともありますので、ご諒承下さい。◎食品衛生上涼しい所に置き、14:00迄にお召し上がり下さい。◎御飯のエネルギーは含まれておりません。御飯1ヶのエネルギーは約360kcal(小盛は約290kcal)です。◎お気づきの点がございましたら、些細なことでも是非お知らせ下さい。

◎当店で使用のお米はすべて国内産です

日	月	火	水	木	金	土	
お休み	2	3	4	5	6	7	
							
	大好評! さば香味しそ焼き	毎回大人気! 牛すき焼き風煮	大満足!特選! 銀鮭金山寺味噌焼	ノンメタポーク コチュジャン炒め	特選海老フライ& 白身魚カレー粉焼		
	大根と冬瓜の甘辛煮 アスパラスープ煮 その他	メバル味噌焼き ごぼうサラダ その他	こんにゃくサラダ マロニーと白菜炒め その他	赤魚照焼き 大根梅サラダ その他	ツナ大根スープ煮 ひじきサラダ その他		
	270 kcal 塩分 2.4 g	257 kcal 塩分 2.7 g	289 kcal 塩分 2.2 g	234 kcal 塩分 2.3 g	259 kcal 塩分 2.5 g		
お休み	9	10	11	12	13	14	
							
	金目鯛西京焼き &舞茸天ぷら	黒ムツ照焼き &イカ磯辺天ぷら	ノンメタポークフランク &イカステーキ &白身魚バジル焼き	大満足! 紅鮭塩焼き	ぶりポン酢焼き &チキン照焼き		
	鶏と野菜のスープ煮 豆腐とワカメのラージャン和え その他	白モツの味噌煮 カニカマ入り春雨サラダ その他	レバニラ野菜炒め その他	ポトフ風煮 コールスローサラダ その他	豚肉と蓮根のペッパー炒め もやしとゼンマイのナムル その他		
	203 kcal 塩分 2.8 g	284 kcal 塩分 3.1 g	289 kcal 塩分 3.4 g	285 kcal 塩分 3.5 g	287 kcal 塩分 2.3 g		
お休み	16	17	18	19	20	21	
	海の日						
			根菜入り鶏つくねバーグ おろしポン酢& オーシャンキング天ぷら	銀ヒラス西京焼き &つくね大葉巻き	豆腐ハンバーグ &イカステーキ	菜彩鶏葱塩焼き &おいしい野菜天	
			豚肉と野菜の炒め マリネサラダ・その他	海鮮塩炒め オクラとえのきの梅和え その他	マロニーサラダ キャベツともやしの味噌炒め その他	ツナ大根スープ煮 マカロニ和風炒め その他	
			282 kcal 塩分 2.6 g	272 kcal 塩分 3.1 g	234 kcal 塩分 3.2 g	284 kcal 塩分 2.6 g	
お休み	23	24	25	26	27	28	
							
	銀ダラ照焼き& 蓮根天ぷら	大満足! 特選銀鮭塩焼き	カラスカレイの ムニエル	トロアジ南蛮漬け	菜彩鶏 ガーリックオリーブ焼 &オムレツ		
	イカ入り野菜炒め こんにゃくそぼろ煮 その他	中華旨煮 海藻サラダ その他	レモンマリネのせ 鶏と野菜の炒め その他	春雨とゼンマイの中華炒め 菜の花ときのこのみぞれ和え その他	ベーコンと野菜のコンソメ煮 汁とキャベツのサラダ・その他		
	257 kcal 塩分 2.5 g	283 kcal 塩分 3.1 g	275 kcal 塩分 2.8 g	287 kcal 塩分 3.3 g	286 kcal 塩分 2.5 g		
お休み	30	31	Bランチ容器は、長めに加熱すると変形する場合がございますのでご注意ください!				
			ヘルシー志向のBランチは益々大好評。 この夏も健康的なお食事で 皆様の元気をサポートします。				
	天ぷら盛合わせ 海老・キス 椎茸・ピーマン	絶品! ハウボウ揚げ煮	毎月大好評の 「根菜入り鶏つくねバーグ」& 「オーシャンキング天ぷら」の初顔合わせ! 贅沢な味わいを是非ご賞味ください。				
	キャベツ塩昆布和え 根菜そぼろ煮・その他	ビーファン塩炒め 切干大根サラダ その他					
	240 kcal 塩分 2.2 g	248 kcal 塩分 2.5 g					