

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

◎当店で使用のお米はすべて国内産です

◎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ていただき、それに伴いカロリーが多少前後する場合がございますが、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302kcal)です。
◎お気づきの点がありましたら、些細なことでも是非お知らせ下さい。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!
◎当店でアレルギー物質を含む食品と含まない食品の分別調理、メニュー表にてアレルギー物質の表示はおこなっておりません。
食品アレルギー物質についてはお電話にお問い合わせください。



スマートミールとは...

健康に資する要素を含む栄養バランスのとれた食事の通称です。
「健康な食事・食環境」コンソーシアムが厳しい基準を審査・認証し、許可した店舗や事業所でスマートミールとして商品を提供することができます。

スマートミール対応商品は、 ご飯小盛セットです。

※スマートミールだけで、健康になったり、生活習慣病が予防できるわけではありません。健康づくりにはスマートミールのような、栄養バランスのとれた食事を継続的に食べ、積極的に身体を動かし、禁煙、節酒を心がけるなど、適正な生活習慣が重要です。現在治療を受けておられる方は、主治医にご相談の上、スマートミールをご利用ください。

日	月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7	8
お休み						お休み
	金目鯛塩焼き & イカみりん焼き 160 kcal	菜彩鶏炭火焼鳥風 & メバル西京焼き 170 kcal	大海老天ぷら & 根菜入り鶏つくね 143 kcal	目鯛照焼き & 豚ロースガーリックペッパー焼き 205 kcal	ノンメタポーク生姜炒め 118 kcal	
	白モツと大根の味噌煮 41 kcal	豚肉と野菜の生姜炒め 88 kcal	筑前煮 41 kcal	鶏ひき肉と野菜のコチュジャン炒め 68 kcal	アジ塩焼き 50 kcal	
	インゲンと白滝のそぼろ煮 21 kcal	海藻柚子サラダ 10 kcal	もやしと青梗菜の炒め 27 kcal	こんにゃくサラダ・その他 10 kcal	アスパラとベーコンのソテー 24 kcal	
	その他 73 kcal	その他 41 kcal	その他 117 kcal	その他 10 kcal	その他 29 kcal	
295 kcal 食塩相当量 2.7 g	309 kcal 食塩相当量 2.7 g	328 kcal 食塩相当量 2.9 g	283 kcal 食塩相当量 2.5 g	221 kcal 食塩相当量 2.6 g		
9	10	11	12	13	14	15
お休み						お休み
	特選! 銀鰻金山寺味噌焼 しめじ煮のせ 200 kcal	絶品! 牛すき焼き風煮 205 kcal	中華も絶品! チンジャオロース 102 kcal	銀ヒラス磯の香焼き & ふんわり豆腐寄せ天 163 kcal	あんこう竜田揚げ & つくね大葉巻き 153 kcal	
	鶏と野菜の梅サラダ 30 kcal	ホッケ味噌焼き 55 kcal	チキン唐揚げ 100 kcal	鶏すき煮 44 kcal	ベビー帆立のチゲ鍋風 43 kcal	
	青梗菜とメンマの炒め・その他 66 kcal	アボガドと枝豆のサラダ 52 kcal	ツナとワカメのサラダ 12 kcal	オクラとなめこのサラダ 10 kcal	インゲン胡麻和え 20 kcal	
	その他 66 kcal	その他 23 kcal	その他 32 kcal	その他 49 kcal	その他 53 kcal	
296 kcal 食塩相当量 2.8 g	335 kcal 食塩相当量 2.9 g	246 kcal 食塩相当量 1.8 g	266 kcal 食塩相当量 2.5 g	269 kcal 食塩相当量 2.9 g		
16	17	18	19	20	21	22
お休み						お休み
	ぶりポン酢焼き & チキン照焼き 232 kcal	ノンメタポークフランク & 白身魚カレー粉焼 223 kcal	黒ムツ西京焼き & イカの紅揚げ 192 kcal	大満足! 紅鮭塩焼き 110 kcal	銀サワラ西京焼 & オーシャンキング天ぷら 138 kcal	
	イカ入り野菜炒め 35 kcal	エスカベッシュソース 47 kcal	冬瓜と海老の中華煮 38 kcal	豚肉と蓮根のカレー炒め 57 kcal	野菜炒め 68 kcal	
	ひじき煮 20 kcal	ポトフ 47 kcal	豆腐サラダ 20 kcal	刻みインゲンと白滝のそぼろ煮 64 kcal	こんにゃくサラダ 13 kcal	
	その他 51 kcal	クワイ梅肉和え・その他 68 kcal	その他 21 kcal	その他 84 kcal	その他 68 kcal	
338 kcal 食塩相当量 2.4 g	338 kcal 食塩相当量 2.7 g	271 kcal 食塩相当量 2.7 g	315 kcal 食塩相当量 2.9 g	287 kcal 食塩相当量 2.7 g		
23	24	25	26	27	28	29
お休み						お休み
	銀だら幽庵焼き & 蓮根天ぷら 189 kcal	大好評! 鯖の七味焼き 197 kcal	大満足! 特選銀鮭塩焼き 184 kcal	豆腐ハンバーグ & 赤魚の粕漬焼き 159 kcal	菜彩鶏の胡麻焼き & イカとアオサの豆腐天 201 kcal	
	牛肉とツキコンの甘辛煮 47 kcal	豚肉の冷しゃぶ風 35 kcal	鶏肉と野菜のハニーマスタード和え 50 kcal	菜の花と玉子そぼろの炒め 35 kcal	豚肉と白菜の旨煮 46 kcal	
	海藻サラダ 31 kcal	イカと青梗菜の塩炒め 25 kcal	メンマペッパー炒め 22 kcal	大根サラダ 18 kcal	キノコとほうれん草のフレンチサラダ 32 kcal	
	その他 69 kcal	その他 66 kcal	その他 87 kcal	その他 77 kcal	その他 66 kcal	
336 kcal 食塩相当量 2.6 g	323 kcal 食塩相当量 2.6 g	343 kcal 食塩相当量 2.9 g	289 kcal 食塩相当量 2.8 g	345 kcal 食塩相当量 2.8 g		
30	30	30	30	30	30	30