6月の日替わりメニュー

マークは写真で紹介しているメニューです。

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。

厳選国産十六穀米ご飯使用

日替わりヘルシー弁当
カロリー約550kcal

日替わりデラックス弁当
カロリー約750kcal

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。
※当店のお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。

月	火	水	木	金	土	日
		1	2 横浜開港記念日 Premium	3	4	5
		ビーフカレールゥコロッケ 鶏の彩り信田巻(しのだまき)とほくほく大根の含め煮 粗挽きひとくちつくね・黒酢ダレ しらすとインゲンのオニオン和え 湯菜と昆布の和風サラダ	横浜中華街気分を！ 唐揚げで油淋鶏(ユーリンチー) 横浜発祥！ 牛鍋風 横浜生まれ　ナポリタンをフジッリで 青菜とザーサイのさっぱり和え 馬車道想ふ・あいすくりん風味の横浜白桃ロール	夏カツ！ 国産チキンカツ・ゆずおろし 生姜きく！ 挽き肉と春雨のオイスター炒め ちくわの磯辺揚げ おまかせの副菜 菜の花とサーモンの3種チーズのシーザーサラダ	お休み	お休み
		エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 495kcal 12.3g 16.1g 73.0g 2.2g デラックス 723kcal 17.2g 25.0g 103.8g 3.0g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 451kcal 13.7g 11.6g 70.0g 2.1g デラックス 741kcal 24.4g 24.7g 101.1g 3.4g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 504kcal 22.1g 14.4g 75.3g 2.1g デラックス 756kcal 31.1g 22.6g 109.1g 3.0g		
6	7	8 ★ Special	9	10	11	12
					お休み	お休み
ジューシーメンチカツ・デミトマトソース 日本の魚料理　さばの味噌煮 春キャベツ入り揚げ天 切干大根煮 Wコーンのマスタードマリネ	牛肉と竹の子のチンジャオロース 福岡名物・いわし明太フライ れんこんの和風そぼろあん 平さやいんげんの梅和え マカロニサラダ	カニ爪フライ・オーロラソース いずみ鶏の棒棒鶏(バンバンジー) 豆乳と野菜のふわふわしんじょう エリンギと小松菜の甘辛炒め さつま芋とかぼちゃのハニーナッツサラダ	とろーりエッグハンバーグ・和風オニオン お楽しみの1品 ひじき煮 カリカリ山くらげと竹の子の炒め煮 そばの実なめこのネバネバサラダ	ヒレカツ〜会津若松風ソース〜 海老とれんこんの落とし揚げ・和風あん 大根とツナの中華煮 食物繊維豊富！ たたきごぼう キャベツのカレーマヨサラダ		
エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 512kcal 16.4g 16.2g 71.9g 2.4g デラックス 775kcal 25.2g 27.5g 101.5g 3.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 480kcal 12.4g 12.7g 77.3g 2.4g デラックス 696kcal 18.7g 20.3g 107.7g 3.4g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 484kcal 15.0g 11.7g 76.3g 1.9g デラックス 716kcal 24.0g 19.3g 107.3g 2.6g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 460kcal 14.3g 11.5g 73.3g 2.4g デラックス 680kcal 21.4g 19.4g 102.4g 3.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 455kcal 13.5g 11.4g 72.2g 2.0g デラックス 689kcal 21.6g 19.6g 102.7g 2.5g		
13	14	15	16	17 父の日にちなんで Premium	18	19
					お休み	お休み
厚切り！ ハムステーキカツ あじと彩り野菜の南蛮黒酢ダレ 青ネギ入り！ 鶏つくねのリング揚げ ピリ辛こんにゃくの炒め煮 ポテトサラダ	ビーフ入りハンバーグ・BBQソース 白身魚フライ・山椒風味 切干大根煮 じゃことピーマンのやみつきおかか炒め 店主おすすめのサラダ	海老カツ・タルタルソース 柚子胡椒香る野菜たっぷりいずみ蒸し鶏 豆乳入りふっくらがんも煮 インゲンとごぼうの梅味噌ダレ パリッとたまりきくらげの和サラダ	牛焼肉〜野菜添え〜 醤油香ばし焼きとうもろこしのすり身揚げ さばの塩焼き わかめとネギのサクサク醤油炒め かぶと赤パプリカのさっぱりゆずサラダ	ガツンとビーフカツ・粒マスタードソース 疲労回復！ 合鴨のスパイシーカレー煮込み タコ入り！ 海鮮チヂミ 旬の山菜大根おろし和え 大黒柱父の日にちなんだ黒糖蒸し饅頭		
エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 513kcal 14.2g 16.4g 74.6g 2.1g デラックス 748kcal 22.2g 25.0g 105.1g 3.0g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 436kcal 13.0g 11.0g 69.3g 2.7g デラックス 656kcal 19.9g 19.3g 97.8g 3.7g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 448kcal 14.4g 11.4g 69.0g 2.5g デラックス 656kcal 21.4g 18.3g 97.2g 3.3g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 463kcal 12.7g 10.3g 78.2g 2.0g デラックス 684kcal 17.6g 14.9g 117.3g 2.6g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 519kcal 14.9g 12.1g 84.3g 2.1g デラックス 779kcal 24.2g 21.1g 118.3g 3.0g		
20	21	22	23 九州・沖縄フェア	24	25	26
					お休み	お休み
黒酢の酢鶏〜鶏肉と野菜の黒酢ダレ〜 お楽しみの揚げ物 なすとピーマンのもろみジャン炒め 小松菜の旨辛しょうが昆布和え 腸活！ 3種海藻とオクラのネバネバサラダ	照り焼きハンバーグ〜野菜添え〜 世界三大スープ!? エスニックトムヤムコロッケ きのこのバター醤油炒め おまかせの副菜 マカロニサラダ	中華風豚チリ彩り炒め〜玉子野菜入り〜 磯辺仕立ての白身魚フライ きんぴら蓮根 ひじき煮 しらすとわかめのさっぱり梅サラダ	宮崎郷土料理サクサクチキン南蛮 豆腐麺で！ 長崎ちゃんぽん風 鹿児島名産品 さつま揚げ 沖縄！ ツナとチンゲン菜のチャンプルー 福岡名物明太子入り！ エリンギマヨサラダ	ミニ海老フライ・トマトソース 国産肉団子とこんにゃくのどて煮風 彩り野菜のチャプチェ カリフラワーとブロッコリーのマリネ ゴロゴロ大学芋		
エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 512kcal 13.3g 17.5g 73.2g 2.3g デラックス 801kcal 21.4g 30.6g 106.8g 3.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 474kcal 12.1g 14.4g 72.4g 2.4g デラックス 691kcal 17.2g 21.9g 103.9g 3.3g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 457kcal 11.6g 11.6g 74.8g 2.7g デラックス 657kcal 15.8g 18.2g 104.6g 3.2g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 553kcal 18.2g 19.5g 72.3g 2.4g デラックス 846kcal 28.3g 32.5g 105.2g 3.4g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 487kcal 13.5g 10.1g 83.6g 2.3g デラックス 654kcal 18.3g 14.2g 110.7g 2.8g		
27	28 ★ Special	29	30			
チキンステーキ・ねぎ照り焼き 熟成サーモンフライ・バジルバターソース 新鮮野菜と豆腐のちぎり揚げ かぶと海藻のさっぱり昆布ポン酢ジュレ ポテトサラダ	神戸「揚匠しげ盛」ゆず胡椒唐揚げ 生姜入り豆腐ステーキ・玉子中華あん 里芋の味噌煮ころがし ヤングコーンのアンチョビ炒め サラダこんにゃくと水菜のごまサラダ	粗挽き肉のハンバーグ・和風きのこ 良質なタンパク源！ 大葉入りあじカツ ビタミンC豊富！ ツナと2色ピーマンのきんぴら 春菊とネギのピリ辛ナムル 店主おすすめの1品	塩麹チキン竜田の瀬戸内レモンダレ 挽き肉と夏野菜のトマトキーマカレー 厚揚げと高菜のごま油炒め モロヘイヤと山芋のおかか和え ちくわと春雨の黒ごまサラダ			
エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 557kcal 19.5g 20.5g 71.1g 2.0g デラックス 858kcal 32.0g 34.9g 99.7g 2.7g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 522kcal 13.3g 19.6g 71.3g 2.5g デラックス 816kcal 20.7g 36.5g 98.3g 3.5g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 532kcal 18.5g 16.6g 76.1g 2.3g デラックス 751kcal 23.4g 27.6g 100.4g 2.8g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 481kcal 14.0g 13.3g 74.0g 2.5g デラックス 701kcal 21.3g 20.8g 103.9g 3.4g			