

Recommended

## 今月の おすすめ メニュー

### 東北の夏祭りにちなんで

夏といえば祭り!日本を代表するお祭りが多く行われる東北地方にちなんで、東北の名物や郷土料理を集めました。メインは仙台名物の牛タンを使用したハンバーグと、豆腐麺でアレンジした盛岡じゃじゃ麺。副菜は東北地方の郷土料理である芋煮や、山形の郷土料理“おみ漬け”的和え物を用意しました。デザートも宮城にちなんだ枝豆をつぶして作る“ずんだ”的おはぎです。



Premium  
6日



★ ウィンナー・かぼちゃ・さつまいの  
マヨソース  
ウインナー、かぼちゃ、さつまいもなどをデリ風のおかずサラダに仕上げました。中でも、夏野菜のひとつであるかぼちゃは、ビタミンC、β-カロテン、カリウム、食物繊維など、肌や腸など身体のケアに役立つといわれる栄養素がたっぷり。積極的に摂りたい食品です。

★ 神戸「揚匠しげ盛」ゆず胡椒唐揚げ  
からあげグランプリで、史上初の6年連続“最高金賞”を受賞した神戸「揚匠しげ盛」が監修した、ゆず胡椒唐揚げをご用意しました。さわやかなゆず胡椒の風味で、夏の暑さの中でもさっぱり食べられます。



★ 合鴨と夏野菜の  
ゆず塩チャブチエ

合鴨と、夏野菜のパブリカやビーマンを、春雨と共に塩味のチャブチエにしました。ゆずの香りで清涼感をプラスしています。

★ 必勝祈願! カツカレー

勝負事のゲン担ぎによく使われる「カツ」をカツカレーで。カツの材料となる豚肉にはビタミンB1が豊富に含まれています。これは、糖質の代謝を促しエネルギーに変えてくれる栄養素。スタミナや疲労回復に期待できるといわれています。

色々なものを  
少しづつ食べたい

### 日替わり ヘルシー弁当

400円(税込)

カロリー目安550kcal



種類・量ともに  
満足したい

### 日替わり デラックス弁当

500円(税込)

カロリー目安750kcal



- すべてのお弁当に卵焼き、お漬物がつきます。
- 前日までにご注文をいただいたお客様にはお味噌汁をサービス中!
- 会議等のお弁当、オードブルも承ります。内容、価格などお気軽にご相談ください。
- ※仕入れの都合により、3日前までのご注文をお願いします。
- ※衛生面には注意していますが、配達後は涼しい所に置き、当日14:00までにお召し上がりください。
- ※お弁当容器は電子レンジに対応しています。

ご注文は  
こちらから

1個から無料配達

オフィス、施設、お店などへ  
お届けします。

Café de MOTHERS

〒621-0033 京都府亀岡市薄田町佐伯西ノ辻 31

FAX 0771-23-4447

【お届け日前日17:00まで】

TEL 0771-23-4447

【当日10:00まで】

※締切時間前後はお電話が大変混み合いますので、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。  
注意: 当日ご好評いただきますと、時間前に完売する事もございます。

店舗番号 115

管理栄養士が考えた

# 日替わり 弁当

安心・安全・ヘルシー。  
お店で手作りの  
お弁当をお届けします。

Obento



毎日  
40品目  
以上



1個から無料配達

8

2021  
August



山椒香る  
じゃこと小茄子の出汁びたし

真っ赤なトマトの  
ハヤシビーフ煮込み

プリサク海老フライ  
～夏野菜タルタル～

※写真はイメージです

8

# 8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



※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 お休み
2 	3 大人気	4 	5 	6 東北の夏祭りにちなんで Premium	7 	8 お休み
■若鶏の唐揚げ さばの醤油煮 ビリ辛イカのちぎり揚げ ヤングコーンの塩ダレ炒め マカロニサラダ	■尾付き海老天とちくわ天へ天丼風～ 大判皮の肉包み・お好み焼き仕立て 根菜みれい～黒酢あん～ 九州産ほうれん草の焙煎胡麻和え しらすとわかめの山椒サラダ	■チキンステーキ・和風オニオンダレ お楽しみの1品 鰯(はも)しんじょう～梅ダレ～ ビタミンC豊富！ツナと2色ピーマンのきんぴら さつま芋とかぼちゃのマスタードサラダ	■サクッとカニ爪フライ カリフラワーニヨッキ・合鴨のトマトソース 切干大根煮 おまかせの副菜 インゲンのネギ塩辣油和え	■仙台名物！牛タンハンバーグ・塩レモン ■盛岡 豆腐麺でじやじゃ麺風 芋煮風 きのこ入り芋煮 山形郷土料理“おみ漬け”と小松菜の和え物 宮城郷土料理“すんだ”のおはぎ	お休み	お休み
エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 500 kcal 16.1 g 16.5 g 69.0 g 2.3 g デラックス 875 kcal 28.6 g 37.5 g 101.5 g 3.5 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 466 kcal 12.7 g 13.0 g 72.4 g 2.6 g デラックス 657 kcal 17.4 g 18.5 g 101.4 g 2.5 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 532 kcal 16.1 g 19.3 g 72.2 g 2.3 g デラックス 793 kcal 25.8 g 32.4 g 98.0 g 3.2 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 496 kcal 19.1 g 12.2 g 74.6 g 2.3 g デラックス 747 kcal 27.2 g 21.1 g 102.8 g 3.1 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 460 kcal 14.3 g 8.2 g 79.0 g 2.5 g デラックス 667 kcal 22.3 g 14.2 g 107.0 g 3.7 g		
9 	10 鹿児島県産 いすみ島 四川料理よだれ鶏風・ほぐしいずみ鶏と野菜 栗かぼちゃロカッケ ちくわと椎茸のペッパー炒め 豆乳入りふっくらがんも煮 わかめときゅうりの酢の物	11 粗挽き肉のハンバーグ・トマトソース ひとくちイカフライ～ソース～ ひじき煮 明太子とマッシュルームの豆乳バスタ風 ボテサラダ	12 豚肉と具沢山旬野菜の生姜焼き 絶品☆ホタテ風味フライ 栄養豊富！山芋焼き なすとビーマンの鍋しげ(味噌炒め) 店主おすすめの1品	13 挽き肉と夏野菜のスパイシーキーマカレー 良質なタンパク源！大葉入りあじフライ カニ風味かまぼこの天ぷら カリフラワーとブロッコリーのアンチョビ炒め お汁煮里芋のマッシュ和サラダ	14 	15 お休み
エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 462 kcal 12.9 g 11.6 g 75.6 g 2.4 g デラックス 673 kcal 18.1 g 17.8 g 108.6 g 3.1 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 535 kcal 12.9 g 18.0 g 75.8 g 2.5 g デラックス 769 kcal 18.8 g 28.0 g 103.9 g 3.3 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 502 kcal 10.2 g 16.3 g 76.3 g 2.2 g デラックス 704 kcal 13.4 g 22.7 g 107.9 g 2.8 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 447 kcal 13.9 g 10.0 g 74.7 g 2.2 g デラックス 663 kcal 21.5 g 16.9 g 105.0 g 2.8 g			
16 イチオシ ■プリプリ海老餃子 四川風挽肉たっぷり"しごれ"麻婆春雨 軟骨入り照り焼き肉団子 ごぼうとパプリカの斧剁もろみ炒め 腸活！3種海藻とオクラのねばねばサラダ	17 ■三元豚の豚カツ・さっぱりネギおろし 鶏肉の八幡巻(やわたまき)～照り焼き～ 豆乳と野菜のふわふわしんじょう 春菊と竹の子のナムル マカロニサラダ	18 淡路島産玉葱入りハンバーグ サクサク醤油の白身魚フライ じゃことピーマンのやみつきおかか炒め ほうれん草チーズバイ・トマト仕立て 切干ときゅうりのごまサラダ	19 有名店監修 神戸「揚匠しげ盛」ゆず胡椒唐揚げ ■ウインナー・かぼちゃ・さつま芋のマヨソース 信田巻き(しのだまき)～野菜の油揚げ巻き～ 小松菜の青しそ風味 サラダこんにゃくと水菜のナツツサラダ	20 パワー チャージ ■スタミナ満点！牛肉のブルコギ イカとオクラの落とし揚げ・和風あん アスパラとキャベツのアンチョビ炒め おまかせの副菜 紅芯大根とカリフラワーのマリネ	21 	22 お休み
エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 459 kcal 12.1 g 12.8 g 71.0 g 2.2 g デラックス 655 kcal 17.1 g 18.8 g 100.3 g 2.8 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 530 kcal 15.2 g 17.8 g 71.3 g 2.5 g デラックス 759 kcal 21.8 g 26.5 g 99.5 g 3.2 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 464 kcal 14.1 g 12.3 g 71.6 g 2.3 g デラックス 702 kcal 22.7 g 21.5 g 100.3 g 3.0 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 488 kcal 13.3 g 16.5 g 69.5 g 2.2 g デラックス 760 kcal 20.5 g 29.3 g 100.6 g 2.8 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 413 kcal 10.7 g 8.3 g 72.2 g 2.4 g デラックス 599 kcal 15.4 g 13.4 g 102.1 g 3.3 g		
23 	24 	25 ★ Special ■デミグラスソースの煮込みハンバーグ お楽しみの揚げ物 さばのみぞれ煮 竹の子とパプリカの甘辛炒め ボテサラダ	26 必勝祈願！カツカレー ■合鴨と夏野菜のゆず塩チャブチ 鶏さつまの和風和え チキンと野菜の中華和え 瀬戸内レモン風味のマッシュさつま芋	27 ハーブは オレガノ セージ ■2種のハーブ香るトマトメンチカツ きたあかりポテトのカニ玉あんかけ 大根の和風煮 かぶと小松菜の梅和え 店主おすすめのサラダ	28 	29 お休み
エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 524 kcal 14.2 g 17.7 g 75.6 g 2.2 g デラックス 766 kcal 20.6 g 26.9 g 108.1 g 3.0 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 448 kcal 12.7 g 10.8 g 72.4 g 2.2 g デラックス 610 kcal 15.4 g 15.5 g 98.3 g 2.4 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 469 kcal 13.2 g 11.1 g 75.5 g 2.4 g デラックス 675 kcal 19.1 g 17.6 g 104.9 g 3.0 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 471 kcal 14.6 g 12.8 g 73.7 g 2.5 g デラックス 818 kcal 25.7 g 29.2 g 111.2 g 3.6 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 454 kcal 10.5 g 13.1 g 71.8 g 2.1 g デラックス 663 kcal 14.8 g 21.2 g 100.5 g 2.7 g		
30 	31 リコピン ■照り焼きハンバーグ～野菜添え～ 磯辺白身魚フライ 生麩風にんじんきつね揚げ きのこのペペロンチーノ バジルマカロニサラダ	■真っ赤なトマトのハヤシビーフ煮込み ■ブリサク海老フライ～夏野菜タルタル～ 山椒香る じゃこと小茄子の出汁びたし 夏バテ防止！長芋とオクラの昆布ポン酢ジュレ トロピカルフルーツ！パイナップルのぐず餅				
エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 457 kcal 14.0 g 11.7 g 70.9 g 2.5 g デラックス 658 kcal 21.0 g 17.3 g 100.7 g 3.3 g	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 447 kcal 9.4 g 10.9 g 77.0 g 1.8 g デラックス 633 kcal 14.0 g 16.7 g 105.3 g 2.4 g					