

2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部分ですが、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



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。



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

1

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 502kcal	11.7g	16.3g	74.2g	2.1g
デラックス 766kcal	17.6g	27.7g	108.2g	2.9g

2

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 459kcal	13.7g	11.1g	74.2g	1.7g
デラックス 658kcal	20.3g	16.9g	104.0g	2.5g

3

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 595kcal	14.3g	19.3g	80.4g	2.3g
デラックス 832kcal	21.5g	32.3g	109.4g	3.4g

6

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 501kcal	11.8g	16.9g	73.0g	2.2g
デラックス 725kcal	16.2g	25.9g	103.7g	2.9g

7

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 467kcal	14.5g	14.3g	67.6g	2.0g
デラックス 663kcal	22.1g	20.4g	94.1g	2.9g

8

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 492kcal	13.2g	13.7g	76.5g	2.0g
デラックス 710kcal	17.8g	20.7g	109.1g	2.7g

9

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 511kcal	13.2g	18.4g	70.0g	2.1g
デラックス 793kcal	21.3g	32.5g	99.6g	3.2g

10

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 478kcal	12.6g	15.2g	70.0g	1.6g
デラックス 723kcal	17.4g	26.0g	100.9g	2.3g

13

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 482kcal	12.5g	16.2g	69.7g	2.5g
デラックス 677kcal	17.7g	23.3g	96.4g	3.4g

14

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	12.6g	11.9g	74.0g	1.4g
デラックス 674kcal	20.3g	18.7g	103.5g	2.1g

15

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 478kcal	13.2g	14.6g	70.8g	1.7g
デラックス 827kcal	24.2g	33.3g	103.9g	2.6g

16

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 435kcal	10.9g	11.6g	71.1g	2.3g
デラックス 643kcal	15.2g	19.4g	100.7g	3.3g

17

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	11.7g	13.2g	74.5g	2.1g
デラックス 721kcal	17.2g	22.7g	106.0g	2.9g

20

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	14.1g	12.0g	69.5g	2.0g
デラックス 636kcal	19.9g	16.9g	98.1g	2.9g

21

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 490kcal	15.3g	13.3g	75.2g	1.8g
デラックス 700kcal	23.0g	19.9g	104.1g	2.2g

22

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 492kcal	13.3g	15.8g	71.7g	2.0g
デラックス 721kcal	19.6g	24.3g	103.0g	2.7g

23

金

3

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 595kcal	14.3g	19.3g	80.4g	2.3g
デラックス 832kcal	21.5g	32.3g	109.4g	3.4g

10

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 478kcal	12.6g	15.2g	70.0g	1.6g
デラックス 723kcal	17.4g	26.0g	100.9g	2.3g

17

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	11.7g	13.2g	74.5g	2.1g
デラックス 721kcal	17.2g	22.7g	106.0g	2.9g

24

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 453kcal	12.4g	10.7g	75.2g	1.5g
デラックス 668kcal	18.4g	18.1g	105.8g	2.2g