

# 2月の 日替わり メニュー

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

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。

※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 |
|---|
|   |

6

国産生姜使用！牛肉の生姜焼き  
お楽しみの1品  
軟骨入り照り焼き肉団子  
ぶり辛こんにゃくの炒め煮  
鮭と水菜のシーザーサラダ

|                                      |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|--------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 6日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                    | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                   | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                  | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                   | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

13

豚唐揚げと14種スパイスのカレー炒め  
さっぱりいただく小魚フライもろみ醤油ダレ  
竹の子のきんぴら  
わかめとネギのサクサク醤油炒め  
マカロニサラダ

|                                       |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 13日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                     | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                    | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                   | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                    | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

20

照り焼きハンバーグ～野菜添え～  
だし香る・白身魚フライ  
高野豆腐と花麩の煮物  
おまかせの副菜  
かぶと広島菜のレモンサラダ

|                                       |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 20日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                     | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                    | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                   | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                    | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

27

ネギ塩サムギョブサル・キムチ風野菜添え  
イカメンチとたっぷり野菜の具沢山カツ  
鶏さつまの生姜醤油  
わかめときょうりの酢味噌和え  
マカロニサラダ

|                                       |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 27日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                     | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                    | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                   | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                    | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

| 火 |
|---|
|   |

7

コリコリ軟骨の鶏肉バーグ～ネギ味噌ダレ～  
小エビのにぎり揚げ・和風柚子こしょうダレ  
ハムステーキ  
切干の五目昆布煮  
ポテトサラダ

|                                      |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|--------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 7日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                    | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                   | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                  | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                   | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

14

ビーフ入りハンバーグ・トマトクリームソース  
合鴨・ニョッキ・彩り野菜の塩レモンバターソテー  
こんにゃくと小松菜の山椒おろし和え  
マッシュさつまいもとアボカドのマスタードサラダ  
バレンタイン☆チョコバナナロールケーキ

|                                       |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 14日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                     | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                    | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                   | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                    | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

21

手切りヒレカツ・ソース  
鶏肉団子と長野県産きのこの昆布生姜煮  
カニ風味かまぼこの天ぷら  
ひじき煮  
ポテトサラダ

|                                       |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 21日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                     | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                    | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                   | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                    | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

28

香ばしチキンカツの大人の柚子七味風味  
あじの和風おろし煮風  
ちくわの磯辺揚げ  
ピタミンC豊富！2色ピーマンのきんぴら  
野菜菜の中華サラダ

|                                       |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 28日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                     | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                    | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                   | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                    | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

# 水

1

粗挽き肉ハンバーグ・甘辛ソース  
栗かぼちゃコロッケ  
タコ入り！海鮮チヂミ  
切干大根煮  
サラダこんにゃくとオクラの明太子サラダ

1日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。）

|     |     |     |         |      |      |       |
|-----|-----|-----|---------|------|------|-------|
| 卵   | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |
| 大豆  | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |
| バナナ | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |
| 豚肉  | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |

8

甘辛豚とナッツのオイスターソース炒め  
磯の香広がる裏切らない旨さ白身魚フライ  
ひじき煮  
京風卵の花～おかたと野菜煮～  
店主おすすめサラダ

|                                      |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|--------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 8日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                    | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                   | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                  | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                   | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

15

ネギチリの旨み絡めたジューシー唐揚げ  
カルシウム豊富 あじの南蛮漬け  
大根の味噌煮  
大豆と平サヤインゲンのアンチョビ炒め  
ごぼうの黒胡麻サラダ

|                                       |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 15日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                     | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                    | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                   | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                    | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

22

鶏肉とアボカドの瀬戸内レモンベベロン  
鮭キャベツカツ・ちゃんちゃん風味噌ダレ  
粗挽きひとくちつくね・黒酢ダレ  
小松菜のピピンバナナムル  
サラダこんにゃくと水菜の胡麻サラダ

|                                       |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 22日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                     | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                    | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                   | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                    | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

# 木

2

宮城県

5種果汁  
入りおろし

宮城県産マグロカツ・さっぱりおろしソース  
いずみ鶏と芽キャベツの濃厚豆乳クリームシチュー  
高野豆腐と玉子の煮物  
インゲンとごぼうの梅味噌ダレ  
さつま芋ときょうりのマヨサラダ

2日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。）

|     |     |     |         |      |      |       |
|-----|-----|-----|---------|------|------|-------|
| 卵   | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |
| 大豆  | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |
| バナナ | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |
| 豚肉  | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |

9

★ Special  
「からあげ！ごっち」監修 しお唐揚げ  
豆腐ハンバーグ・生姜あんかけ  
揚げなすとピーマンの焼肉のたれ炒め  
ヘルシーきのこ煮びたし  
紅芯大根とカリフラワーのマリネ

|                                      |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|--------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 9日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                    | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                   | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                  | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                   | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

16

野菜たっぷり牛肉のビビンバ  
お楽しみの揚げ物  
今が旬！ほうれん草の揚げ天  
きんぴら蓮根  
白菜漬とわかめのポン酢ジュレ和え

|                                       |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 16日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                     | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                    | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                   | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                    | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

23

お休み

金

Premium 節分

3

チキン南蛮・豆まめ和タルタル  
牛すじ入りユッケジャン風スープ煮  
静岡名物！「鬼除け」いわし入り黒はんぺんフライ  
白菜漬の梅風味サラダ  
鬼祓いの験担ぎ！カリッと甘い胡麻団子

3日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。）

|     |     |     |         |      |      |       |
|-----|-----|-----|---------|------|------|-------|
| 卵   | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |
| 大豆  | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |
| バナナ | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |
| 豚肉  | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |

10

鳥取県境港産紅ズワイカニクリームコロッケ  
かぼちゃ真文（しんじょう）いずみ鶏のそぼろあん  
カルシウム満点！いわしの梅煮  
おまかせの副菜  
たまりきくらげときょうりのパリパリサラダ

|                                       |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 10日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                     | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                    | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                   | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                    | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

17

キャベツまるっとメンチカツ・玉葱ごろごろ甘辛ソース  
いずみ鶏の坦々春雨  
切干大根煮  
じゃことブロッコリーのピリ辛ナムル  
湯葉と昆布の和風浸し

|                                       |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 17日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                     | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                    | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                   | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                    | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |

24

海老カツ・オーロラソース  
合鴨と菜の花のチャンプルー  
マッシュルームとコーンのトマト炒め  
芋づるとぜんまいの和風煮  
店主おすすめ1品

|                                       |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
|---------------------------------------|-----|-----|---------|------|------|-------|--|--|--|--|
| 24日 使用しているアレルギー物質（色のついているものを使用しています。） |     |     |         |      |      |       |  |  |  |  |
| 卵                                     | 乳   | 小麦  | 落花生     | そば   | えび   | かに    |  |  |  |  |
| 大豆                                    | いくら | くるみ | カシューナッツ | やまいも | ごま   | キウイ   |  |  |  |  |
| バナナ                                   | もも  | りんご | オレンジ    | ゼラチン | 鶏肉   | 牛肉    |  |  |  |  |
| 豚肉                                    | 鮭   | いか  | あわび     | さば   | まつたけ | アーモンド |  |  |  |  |