

管理栄養士が考えた

日替わり 弁当 Obento

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。



1個から無料配達

Premium
9日

今月のプレミアムメニュー

お花見メニュー

春の訪れを感じながら楽しめる、お花見弁当をご用意しました。メインは、ビーフ入りメンチカツにオニオンとトマトの旨みを生かしたBBQソースをかけたもの。サブメインは、合鴨と春野菜をバター醤油で仕立てました。副菜は、春が旬の竹の子を使った若竹煮と、ミモザ風の爽やかなサラダを添えて。デザートは、とちおとめを練りこんだもちもち生地の苺プチケーキです。春のひとときをお楽しみください。

2026
4

とちおとめ使用!
もちもち生地の苺プチケーキ

春の出会いもの
～若竹煮～

さっぱりミモザ風
レモンマヨサラダ

合鴨と春野菜の
バター醤油

ビーフ入りメンチカツ
BBQソース

今月の おすすめ メニュー

Premium
24日



フジリマ! ナポリタン

3層ぶりの
ふんわりロールケーキ

フライドチキン
彩の甘辛唐揚げ風

生野菜と
ごんにゃくサラダ

チーズハンバーグ
職人気力ソース

昭和レトロのメニュー

29日の「昭和の日」にちなんで、どこか懐かし、心が和む昭和レトロな献立メニューをご用意。メインは、チーズハンバーグに替ながらの喫茶風カレーソースを合わせ、コクのある味わいに、サブメインはフライドチキンを昭和の甘辛唐揚げ風に仕立てました。副菜は喫茶店名物のナポリタンをフジリマで再現、サラダは生野菜とごんにゃくでさっぱりと。デザートは食感やかな3層ぶりが入ったふんわりロールケーキです。

★
3日

賢沢ひき肉のスタミナ炒め

オマール海老をビスコロッケ

★
17日

甘辛豚とごごろ野菜
香味だれ

唐揚げ 海鮮だし仕立て

★
14日

和食フェア
北海道産3/4が焼き風

大判揚げ肉 マスタード醤油

★
22日

韓国グルメフェア
白身魚フライ 旨辛マヨネーズ風

スタミナ鶏肉 牛肉のブルゴギ



日替わり
デラックス弁当
600円(税込)
日替わりのおかず5品
カロリー目安750kcal



日替わり
ヘルシー弁当
500円(税込)
日替わりのおかず5品
カロリー目安550kcal

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 京都市東山区南田野町佐伯西ノ辻 31
FAX 0771-23-4447 [お届け日曜日 17:00 まで]
TEL 0771-23-4447 [当日 9:00 まで]

QRコード
https://gluselier.com/lp/mothers
スマホでご注文できます

・すべてのお弁当に新鮮さ、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せん。

※価格の異なる商品は価格が異なる場合があります。また、商品によっては平均的な価格帯までにご注文をお願いいたします。
※ご予約により、開始時間前に完了する事もございます。予めご了承ください。
店舗番号 115

4月 日替わりメニュー

管理栄養士が考えた

2026
April

月	火	水	木	金																																																																											
		1	2	3 ★ Special																																																																											
		 <p>① バスク風 チキンのトマト煮 北海道産サーモンフライソース 小松菜とコーンのカレー炒め 紅芯大根とかぶのマリネ ポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 529kcal</td><td>17.0g</td><td>11.4g</td><td>78.1g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 285kcal</td><td>11.4g</td><td>12.2g</td><td>67.8g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 529kcal	17.0g	11.4g	78.1g	2.4g	ヘルシー 285kcal	11.4g	12.2g	67.8g	1.7g	 <p>② 大葉入り鶏つみれ 梅だれ お楽しみ揚げ物 ちくわの磯辺揚げ ひじき煮 カニカマ入り花野菜的5種果汁入りおろしサラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 668kcal</td><td>15.6g</td><td>20.1g</td><td>78.9g</td><td>2.1g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 487kcal</td><td>12.9g</td><td>19.0g</td><td>67.9g</td><td>2.0g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 668kcal	15.6g	20.1g	78.9g	2.1g	ヘルシー 487kcal	12.9g	19.0g	67.9g	2.0g	 <p>③ オアマル海老ビスコクロック ④ 賢沢ひき肉のスタミナ炒め ツナとうまじ味の甘辛生姜炒め 里芋とじゃが芋の和風マッシュ 白滝菜のピリ辛サラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 644kcal</td><td>14.1g</td><td>24.7g</td><td>90.9g</td><td>2.9g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 429kcal</td><td>10.7g</td><td>14.2g</td><td>64.9g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 644kcal	14.1g	24.7g	90.9g	2.9g	ヘルシー 429kcal	10.7g	14.2g	64.9g	2.1g																														
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 529kcal	17.0g	11.4g	78.1g	2.4g																																																																											
ヘルシー 285kcal	11.4g	12.2g	67.8g	1.7g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 668kcal	15.6g	20.1g	78.9g	2.1g																																																																											
ヘルシー 487kcal	12.9g	19.0g	67.9g	2.0g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 644kcal	14.1g	24.7g	90.9g	2.9g																																																																											
ヘルシー 429kcal	10.7g	14.2g	64.9g	2.1g																																																																											
6	7	8	9 👑 Premium	10																																																																											
 <p>⑥ 春野菜入り! 黒酢の酢鶏 菜の花入りコロッケ たこと紅生姜の揚げ天 京風印の花〜おからと野菜煮〜 マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 627kcal</td><td>16.3g</td><td>23.5g</td><td>92.7g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 481kcal</td><td>12.1g</td><td>18.3g</td><td>69.5g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 627kcal	16.3g	23.5g	92.7g	2.5g	ヘルシー 481kcal	12.1g	18.3g	69.5g	1.9g	 <p>⑦ 牛の旨みハンバーグ 和風ねぎソース さわらの輪揚げ 味噌だれ しらすと青豆の中華ソテー 切干大根煮 大豆の煮じそサラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 619kcal</td><td>24.2g</td><td>23.4g</td><td>78.1g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 429kcal</td><td>15.3g</td><td>15.5g</td><td>67.5g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 619kcal	24.2g	23.4g	78.1g	2.5g	ヘルシー 429kcal	15.3g	15.5g	67.5g	1.9g	 <p>⑧ スティックチキン 焼肉ダレ ひき肉のジンジャーチャブチ たこ焼き 和風マヨ おまかせの副菜 さつま芋の柚子胡椒和え</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 599kcal</td><td>16.7g</td><td>20.1g</td><td>83.5g</td><td>2.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 409kcal</td><td>10.9g</td><td>12.5g</td><td>68.5g</td><td>1.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 599kcal	16.7g	20.1g	83.5g	2.2g	ヘルシー 409kcal	10.9g	12.5g	68.5g	1.6g	 <p>⑨ ビーフ入りメンチカツ BBQソース ⑩ 合鴨と春野菜のバター醤油 春の出会いもの〜若竹煮〜 さつまいもの三毛が黒レモンマヨサラダ ともちめ使用! もちもち生地のおろしケーキ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 669kcal</td><td>16.0g</td><td>31.3g</td><td>80.7g</td><td>2.6g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 479kcal</td><td>11.2g</td><td>16.4g</td><td>64.9g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 669kcal	16.0g	31.3g	80.7g	2.6g	ヘルシー 479kcal	11.2g	16.4g	64.9g	2.1g	 <p>⑩ 海老カツ しば漬タルタル 鶏肉と彩り野菜の旨造炒め 旨みあふれる肉焼売 大根の和風煮 ポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 660kcal</td><td>17.7g</td><td>32.5g</td><td>84.3g</td><td>2.6g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 471kcal</td><td>12.9g</td><td>20.3g</td><td>61.3g</td><td>1.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 660kcal	17.7g	32.5g	84.3g	2.6g	ヘルシー 471kcal	12.9g	20.3g	61.3g	1.8g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 627kcal	16.3g	23.5g	92.7g	2.5g																																																																											
ヘルシー 481kcal	12.1g	18.3g	69.5g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 619kcal	24.2g	23.4g	78.1g	2.5g																																																																											
ヘルシー 429kcal	15.3g	15.5g	67.5g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 599kcal	16.7g	20.1g	83.5g	2.2g																																																																											
ヘルシー 409kcal	10.9g	12.5g	68.5g	1.6g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 669kcal	16.0g	31.3g	80.7g	2.6g																																																																											
ヘルシー 479kcal	11.2g	16.4g	64.9g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 660kcal	17.7g	32.5g	84.3g	2.6g																																																																											
ヘルシー 471kcal	12.9g	20.3g	61.3g	1.8g																																																																											
13	14 👑 Premium	15	16	17 ★ Special																																																																											
 <p>⑬ 新竜田と彩り野菜のカレー仕立て 菜かぼちゃコロッケ ミートボールトマトソース ひじき煮 キャベツの昆布ポン酢ジュレサラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 643kcal</td><td>14.9g</td><td>25.5g</td><td>90.3g</td><td>2.9g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 479kcal</td><td>10.9g</td><td>14.9g</td><td>69.5g</td><td>2.3g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 643kcal	14.9g	25.5g	90.3g	2.9g	ヘルシー 479kcal	10.9g	14.9g	69.5g	2.3g	 <p>⑭ 大判揚げ鶏 マスター醤油 ⑮ 北海道産ふりかば焼き風 花がらみの煮物 ほうれん草の白和え 白滝菜の納豆サラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 599kcal</td><td>22.7g</td><td>22.4g</td><td>78.5g</td><td>2.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 409kcal</td><td>14.3g</td><td>19.9g</td><td>68.9g</td><td>2.1g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 599kcal	22.7g	22.4g	78.5g	2.5g	ヘルシー 409kcal	14.3g	19.9g	68.9g	2.1g	 <p>⑮ ジュシーメンチソース 豚肉と根菜の黒ごま炒め 新鮮野菜と豆腐のちぎり揚げ オクラと豆乳滑湯のネバ〜和え 店主おすすめ一品</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 589kcal</td><td>17.3g</td><td>21.4g</td><td>83.7g</td><td>2.3g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 409kcal</td><td>11.2g</td><td>19.0g</td><td>69.5g</td><td>1.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 589kcal	17.3g	21.4g	83.7g	2.3g	ヘルシー 409kcal	11.2g	19.0g	69.5g	1.6g	 <p>⑯ 極厚ハムカツ ソース お楽しみ一品 わかめとネギのサクサク醤油炒め さつま芋とかぼちゃのカレーマッシュ マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 688kcal</td><td>14.0g</td><td>30.0g</td><td>86.0g</td><td>3.5g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 479kcal</td><td>11.2g</td><td>19.3g</td><td>64.9g</td><td>2.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 688kcal	14.0g	30.0g	86.0g	3.5g	ヘルシー 479kcal	11.2g	19.3g	64.9g	2.4g	 <p>⑰ 唐揚げ 海鮮だし仕立て ⑱ 甘辛豚とごごろ野菜 香味だれ タコ入り! 海鮮チヂミ こんにゃくの焼大豆和え 桜菜とコーンのシーザーナッツサラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 750kcal</td><td>24.2g</td><td>37.6g</td><td>88.0g</td><td>2.9g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 499kcal</td><td>13.9g</td><td>23.9g</td><td>63.9g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 750kcal	24.2g	37.6g	88.0g	2.9g	ヘルシー 499kcal	13.9g	23.9g	63.9g	1.9g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 643kcal	14.9g	25.5g	90.3g	2.9g																																																																											
ヘルシー 479kcal	10.9g	14.9g	69.5g	2.3g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 599kcal	22.7g	22.4g	78.5g	2.5g																																																																											
ヘルシー 409kcal	14.3g	19.9g	68.9g	2.1g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 589kcal	17.3g	21.4g	83.7g	2.3g																																																																											
ヘルシー 409kcal	11.2g	19.0g	69.5g	1.6g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 688kcal	14.0g	30.0g	86.0g	3.5g																																																																											
ヘルシー 479kcal	11.2g	19.3g	64.9g	2.4g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 750kcal	24.2g	37.6g	88.0g	2.9g																																																																											
ヘルシー 499kcal	13.9g	23.9g	63.9g	1.9g																																																																											
20	21	22 👑 Premium	23	24 👑 Premium																																																																											
 <p>⑳ 味噌甘辛つくね風ハンバーグ 海老入り白身カツ チリソース 高野豆腐と花麩の煮物 あさり入り! ビーマンのオイスター炒め ポテトサラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 599kcal</td><td>17.5g</td><td>19.1g</td><td>89.4g</td><td>3.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 429kcal</td><td>12.5g</td><td>13.9g</td><td>63.9g</td><td>2.2g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 599kcal	17.5g	19.1g	89.4g	3.2g	ヘルシー 429kcal	12.5g	13.9g	63.9g	2.2g	 <p>㉑ 合鴨と彩り野菜のこく旨ソース仕立て ごま油香る 塩じゃがコロッケ 親子名物カレー〜ボール〜コンソメ煮 大豆とごぼうのアンチョビ炒め キャベツと人参のコールスローサラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 613kcal</td><td>15.2g</td><td>24.8g</td><td>83.3g</td><td>2.9g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 413kcal</td><td>10.8g</td><td>14.9g</td><td>60.1g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 613kcal	15.2g	24.8g	83.3g	2.9g	ヘルシー 413kcal	10.8g	14.9g	60.1g	1.9g	 <p>㉒ スタミナ満点 牛肉のブルコギ ㉓ 白身魚フライ 旨辛ヤンニョム風 栗とさつまいものおつまみ天〜韓国コグマ風〜 肉干ぼろとピーマンのハニーマスター炒め さつまいものチレド風サラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 599kcal</td><td>13.9g</td><td>20.1g</td><td>81.1g</td><td>2.4g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 389kcal</td><td>9.4g</td><td>13.9g</td><td>68.5g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 599kcal	13.9g	20.1g	81.1g	2.4g	ヘルシー 389kcal	9.4g	13.9g	68.5g	1.7g	 <p>㉔ チキンときのこの豆乳クリームソース イカ団子と野菜の柚子胡椒和え 福さつまのもろみダレ 切干大根煮 加入! 春雨と小松菜のオニオンサラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 524kcal</td><td>23.7g</td><td>13.0g</td><td>79.9g</td><td>3.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 377kcal</td><td>15.6g</td><td>9.2g</td><td>66.7g</td><td>2.4g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 524kcal	23.7g	13.0g	79.9g	3.2g	ヘルシー 377kcal	15.6g	9.2g	66.7g	2.4g	 <p>㉕ チーズハンバーグ 喫茶風カレーソース ㉖ フライドチキン 昭和の甘辛唐揚げ風 フジワ! ナポリタン 生妻焼布とこんにゃくのサラダ 3種ベリーのふんわりロールケーキ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 720kcal</td><td>21.0g</td><td>37.0g</td><td>87.7g</td><td>2.8g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 470kcal</td><td>13.3g</td><td>21.5g</td><td>63.9g</td><td>1.8g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 720kcal	21.0g	37.0g	87.7g	2.8g	ヘルシー 470kcal	13.3g	21.5g	63.9g	1.8g
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 599kcal	17.5g	19.1g	89.4g	3.2g																																																																											
ヘルシー 429kcal	12.5g	13.9g	63.9g	2.2g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 613kcal	15.2g	24.8g	83.3g	2.9g																																																																											
ヘルシー 413kcal	10.8g	14.9g	60.1g	1.9g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 599kcal	13.9g	20.1g	81.1g	2.4g																																																																											
ヘルシー 389kcal	9.4g	13.9g	68.5g	1.7g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 524kcal	23.7g	13.0g	79.9g	3.2g																																																																											
ヘルシー 377kcal	15.6g	9.2g	66.7g	2.4g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 720kcal	21.0g	37.0g	87.7g	2.8g																																																																											
ヘルシー 470kcal	13.3g	21.5g	63.9g	1.8g																																																																											
27	28	29	30																																																																												
 <p>㉗ デミグラスポークンチュー 牛肉と栗焼いものコロッケ 菜の花入り花形豆腐の揚げ物 豆もやしとわかめの中華ナムル マカロニサラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 629kcal</td><td>14.4g</td><td>28.0g</td><td>83.4g</td><td>2.6g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 449kcal</td><td>10.3g</td><td>18.9g</td><td>69.5g</td><td>2.6g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 629kcal	14.4g	28.0g	83.4g	2.6g	ヘルシー 449kcal	10.3g	18.9g	69.5g	2.6g	 <p>㉘ お弁当の定番 鶏もも唐揚げ ピリ辛麻婆茄子 かぼちゃ天ぷら おまかせの副菜 キャベツの漬物風サラダ</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 799kcal</td><td>20.6g</td><td>38.3g</td><td>82.4g</td><td>2.7g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 497kcal</td><td>11.0g</td><td>17.3g</td><td>69.4g</td><td>1.7g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 799kcal	20.6g	38.3g	82.4g	2.7g	ヘルシー 497kcal	11.0g	17.3g	69.4g	1.7g	 <p>店休日</p>	 <p>㉙ 粗挽き肉ハンバーグ 昆布ポン酢ジュレ さつま芋コロッケ 黒ごま風味 さんぴららんこん ひじき煮 店主おすすめ一品</p> <table border="1"> <tr><th>エネルギー</th><th>たんぱく質</th><th>脂質</th><th>炭水化物</th><th>食物繊維</th></tr> <tr><td>アラカス 671kcal</td><td>16.6g</td><td>25.1g</td><td>94.9g</td><td>3.2g</td></tr> <tr><td>ヘルシー 439kcal</td><td>11.2g</td><td>14.9g</td><td>67.1g</td><td>1.9g</td></tr> </table>	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	アラカス 671kcal	16.6g	25.1g	94.9g	3.2g	ヘルシー 439kcal	11.2g	14.9g	67.1g	1.9g																															
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 629kcal	14.4g	28.0g	83.4g	2.6g																																																																											
ヘルシー 449kcal	10.3g	18.9g	69.5g	2.6g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 799kcal	20.6g	38.3g	82.4g	2.7g																																																																											
ヘルシー 497kcal	11.0g	17.3g	69.4g	1.7g																																																																											
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維																																																																											
アラカス 671kcal	16.6g	25.1g	94.9g	3.2g																																																																											
ヘルシー 439kcal	11.2g	14.9g	67.1g	1.9g																																																																											

★マークは写真で紹介しているメニューです。

十二穀ご飯
使用



日替わり デラックス弁当

日替わりのおかず5品
カロリー目安750kcal

日替わり ヘルシー弁当

日替わりのおかず5品
カロリー目安550kcal

👑 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。

👑 Premium

毎月、テーマに沿ったフェアを開催! 特別なメニューに出会えるかも。

※写真はイメージです。 ※記載されているカロリー、栄養成分の値は非出一部分ですが、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。 ※当店のお弁当はアレルギーに対し特別な配慮はしていません。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。