: 03-5320-7516 内線 63-520 営業時間 11:00-14:00

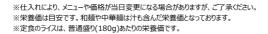
## Weekly Menu

6/16 6/17 6/18 6/19 6/20 Wed パスタ or 丼 スパイシーよだれ鶏と 海老と夏野菜の 五目あんかけ焼きそば 塩だれ豚丼 明太子スパゲティー 黒マー油香る炒飯 かき揚げ丼 S 2 0 ¥700 ¥700 ¥700 PASTA ¥700 ¥750 /BOWL 3.2 g U 27.6g 17.8g 83.4g 22.7g 10.8g 85.7g Т ランチA 三陸産 鶏肉の竜田揚げ 麻辣ダレの棒棒鶏 Н 鯖の塩焼き胡麻ポン酢 お好みメンチカツ おすすめ鮮魚 甘酢生姜ソース 4 揚げ餃子添え ※豊洲市場でその時獲れた S ¥750 ¥750 ¥750 Ι LUNCH-A 705kcal 25.8 g 33.8 g 28.2 a 32.0 a 112.0 a 657kcal 35.0 g 14.9 g 96.6 g 2.3 g 673kcal 36.9 g 19.7 g 89.0 g D Ε ランチB ガパオライス ミックスフライ 棒ひれかつ グリルチキントマトソース 厚切り豚カルビ焼肉 5 (白身魚・アジ・ヒレカツ) &トムヤムスープ LUNCH-E ¥850 南 ¥900 ¥850 ¥850 ¥850 590kcal 30.4g 17.8g 101.1g 3.8 g 918kcal 26.8 g 51.2 g 93.4 g 681kcal 26.3g 13.9g 116.2g 846kcal 33.6 g 36.4 g 100.1 g 2.9 g 3.7 g 752kcal 39.2 g 31.1 g 82.9 g ヘルシ タラのマスタードフリット スケソウダラの蒲焼 大豆肉の台湾混ぜご飯 旨辛チキン炒め 香ばしナッツのドライカレー ヨーグルトソース おろしぽん酢添え 6 塩 腸 ¥800 ¥800 ¥800 ¥750 ¥800 HEALTHY 628kcal 26.5 g 16.2 g 98.3 g 520kcal 24.6 g 9.0 g 89.0 g 最初はしかかったが カレー 大阪 能登牛ビーフカレー チキンカレー トマトハヤシライス 小海老とキノコのカレー マドラスカレ-7 ¥590 ¥850 ¥690 ¥750 ¥640 **CURRY** 16.4 a 16.3 a 114.5 a 16.8g 27.9g 111.6g 593kcal 15.9 g 11.0 g 110.2 g 2.9 g ランチC 鶏むね肉の柔らか蒸し 水餃子入り 鶏団子の五目旨煮 厚揚げと茄子のみぞれあん 五目あんかけご飯 野菜たっぷりチゲスープ 白だしあん 8 ¥600 ¥600 ¥600 ¥600 ¥600 LUNCH-C 0 20.4g 16.1g 101.6g 29.3 g 11.5 g 92.8 g 3.2 g 575kcal 17.1 g 21.3 g 81.2 g 2.9g 641kcal 21.2g 14.4g 108.3g 17.5g 14.1g 111.8g 6.9 g 577kcal R かけ ¥380 ざる·わかめ·たぬき・きつね ¥450 東京野菜天ぷら(¥180) 毎日ご提供 かき揚げ ¥480 麺大盛り +¥100 н 和麺 9 甘海老入りかき揚げ 大きなコロッケ 冷やし月見とろろ S いか天うどん・そば 五目けんちんきしめん Ι うどん・そば うどん・そば うどん・そば D NOODLE ¥640 ¥620 ¥620 ¥620 ¥640 Ε 451kcal 23.6 g 6.6 g 78.3 g 14.1 g 7.2 g 56.9 g 554kcal 13.8 g 21.6 g 78.9 g 6.2 g 麺大盛り +¥100 北 塩らーめん 味噌らーめん 醤油らーめん 塩らーめん 豚骨らーめん らーめん ¥500 ¥500 ¥500 ¥500 ¥500 15.6 g 10.9 g 66.1 g 5.9 g (10)横浜名物 尾道らーめん 久留米豚骨らーめん 排骨麺(パーコー麺) 八幡浜ちゃんぽん CHINESE サンマー麺 神奈川 愛媛 ¥690 ¥640 ¥690 ¥740 ¥740 22.7g 21.0g 69.6g 749kcal 31.9g 29.2g 97.4g 472kcal 17.7 g 9.2 g 78.7 g 7.4 g 21.5g 6.2g 94.4g 17.3g 22.7g 79.0g 煮込みハンバーグ 焼肉きのこ テイクアウ サラダチキン弁当 ガパオ風ライス弁当 鶏天弁当 &白身フライ弁当 サラダボウル弁当 TAKE ¥650 ¥650 ¥650 ¥650 743kcal 23.3 g 28.9 g 99.1 g 2.6 g 587kcal 31.4 g 17.5 g 1.9 g 635kcal 22.1 g 22.0 g 89.9 g 568kcal 18.4 g 14.9 g 92.1 g 1.7g 760kcal 24.8g 25.8g 110.5g Dinner Menu(夕食) 定食① タコライス サワラの竜田揚げ ひとくちヒレカツ ¥750 ¥700 Set mea 15.9g 82.0g 豚ロースの 765kcal 28.4 g 27.7 g 105.1 g 24.5g 14.6g 111.6g 煮込みハンバーグ 銀鮭の照り焼き 定食② にんにく醤油漬け焼き

栄養価表記				
エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
kcal	a	a	a	а

丼or

カレー



¥750

ビーフカレ・

¥640

14.1 g

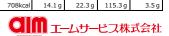
25.2 g 22.8 g 110.1 g

¥750

ビーフカレー

¥640

32.9 g 24.7 g



¥750

ビーフカレー

¥640

27.7 g 14.3 g 79.3 g