



30

コープの夕食宅配 献立表・アンケート

大阪いすみ市民生活協同組合

0120-056-777

月～土/9:00～18:00

ご注文は自動継続です。注文の休止・変更は、前週の水曜日の18時までにご連絡ください。

★価格はすべて、税込みです。

お弁当コース [610円]		お弁当(大)コース [640円]		おかず(小)コース [550円]		やわらかコース [600円]		加リーサ [®] ートコース [600円] [返却不要容器]		サイドメニュー																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																
評価	献立名				評価	献立名		評価	献立名		①サラダ[140円][返却不要]																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
7/27月		鶏のジンジャーソテー				甘辛ささみフライ			八宝菜		②ランチ[430円][返却不要]																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
		大根の鮭玉子あんかけ				春雨の中華風酢の物			玉子の中華風カニカマあんかけ		①ミックスサラダ(マカロニ)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
		人参マーレード和え				黒豆			彩りマカロニ		アレルギー 小麦、卵、乳成分																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
		野菜のバーベキューソース炒め				もやしと人参の煮浸し			ひじき煮		②ランチ:ソーセージ(パーベキューソース)/キャベツと人参のツナサラダ/季節野菜のそぼろあんかけ																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
	アレルギー	小麦、卵、乳成分				アレルギー	小麦・卵・乳成分		アレルギー	小麦・卵・エビ・カニ		アレルギー	小麦、卵、乳成分																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
	Ⓔ	473 kcal	たん	20.1 g	脂	15.3 g		Ⓔ	259 kcal	たん	9.3 g	脂	10.8 g		Ⓔ	206 kcal	たん	8.0 g	脂	12.8 g		Ⓔ	332 kcal	たん	11.0 g	脂	19.6 g		Ⓔ	180 kcal		塩	2.5 g		たん	6.0 g																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																						
	炭	62.9 g		塩	3.2 g		炭	31.6 g		塩	2.4 g		炭	16.0 g		塩	1.8 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩	2.0 g		炭	27.7 g		塩

土日や昼食など、好きな時にお召し上がれます。	
冷凍おかず 2食セット 【毎週、金曜日にお届け】	
お届け日 7/ 31 日 金	
冷凍おかず A 1,300円 [1食当650円]	
栄養バランスの取れた4品のおかず。1食当塩分2.5g以下。	
豚肉のスタミナ炒め	鱈(タラ)のおろしポン酢
里芋とえびの中華風うま煮/きんぴらごぼう/菜の花とかにかまの柚子和え	厚揚げの生姜あん/大学芋/彩り炒り卵
アレルギー 小麦・卵・えび・かに	アレルギー 小麦・卵
栄養値 Ⓔ 279 kcal た 19.9 g 脂 1.9 g	栄養値 Ⓔ 280 kcal た 18.5 g 脂 1.7 g
冷凍おかず B 1,340円 [1食当670円] 「魚系」と「肉系」のWメイン。メニューは副菜も含め6品。	
ぶりのおろしソースがけ・豚肉とごぼうの実山椒炒め	さわらの塩こうじ漬け焼き・鶏肉の酢豚風
高野豆腐の煮物/じゃがいものツナ煮/茄子の味噌煮込み/おくらのおひたし	もちふの玉子とじ/ジャーマンポテト/キャベツとコーンの炒め物/おくらのごま和え
アレルギー 小麦	アレルギー 小麦・乳成分・卵
栄養値 Ⓔ 431 kcal た 21.7 g 脂 2.6 g	栄養値 Ⓔ 365 kcal た 20.3 g 脂 2.1 g
冷凍おかず C 1,180円 [1食当590円] 30種類の豊富なメニュー。1食平均塩分1.5g。	
3種きのこのホワイトソースハンバーグ	白身魚のネギ塩だれ
雑穀入りあんかけポテト/豚肉と小松菜の柚子胡椒仕立て	チリポテト/インゲンのツナ和え
アレルギー 小麦・乳成分	アレルギー 小麦・乳成分
栄養値 Ⓔ 197 kcal た 9.1 g 脂 1.8 g	栄養値 Ⓔ 181 kcal た 12.9 g 脂 0.9 g
冷凍おかず D 1,520円 [1食当760円] (1食当) たんぱく質18.0g以上/食物繊維6.6g以上	
ハッシュドビーフ	鱈(タラ)の香味中華ソース 大豆そぼろ炒め添え
チキンと大根のマリネ/小松菜と大豆のオイスター炒め	かつお香る人参と春雨の炒めも/ポテトと枝豆の彩りサラダ
アレルギー 小麦・乳成分	アレルギー 小麦・乳成分・卵
栄養値 Ⓔ 329 kcal た 18.1 g 脂 2.8 g	栄養値 Ⓔ 307 kcal た 24.8 g 脂 2.0 g
冷凍おかず E 1,180円 [1食当590円] 少量なので低価格。柔らかく調理しています。	
豚肉の生姜焼き	さわらのもろみ焼き
かぼちゃの煮物/白菜の煮びたし/ひじきと大豆の煮物	もちふの玉子とじ/おくらのおかか和え/じゃがいものカレーコンソメ炒め/ブロッコリーのジュレサラダ
アレルギー 小麦	アレルギー 小麦・乳成分・卵
栄養値 Ⓔ 220 kcal た 12.1 g 脂 1.5 g	栄養値 Ⓔ 247 kcal た 16.7 g 脂 1.9 g
①冷凍おかず2食セットは、「コープの夕食宅配」のご利用があれば、ご利用できます。 ②ドライアイスの取り扱いにはご注意ください。 ③調理方法は、凍ったままレンジしてください。詳しくは商品に記載しています。 ④容器は市町村の区分に従い、廃棄をお願いします。	

注文について

- ①週に2日まで、休めます。
②曜日別に、コースや数量が変更できます。

ご注文例

月	弁当2食
火	休 み
水	おかず1食
木	休 み
金	あじわい3食

献立アンケートについて

評価欄へご記入いただき、翌週水曜日までにご提出をお願いいたします。

評価	評価内容
5	おいしい
4	まあおいしい
3	ふつう
2	あまりおいしくない
1	おいしくない

栄養表示の見方

- Ⓔ エネルギー
た たんぱく質
脂 脂質
炭 炭水化物
塩 塩分

献立について

- ①都合により献立を変更させていただくことがあります。
②栄養成分は献立作成時の計算値であり、食材・調理状況により差異が生じる場合があります。当日の商品ラベルをご確認ください。
③アレルギーは特定8品目(卵・乳成分・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ)です。
④アレルギーは食材等の変更により変わる場合があります。当日の商品ラベルをご確認ください。

- ①サラダ・ランチは、夕食宅配の注文日にお届けします。(サラダ・ランチのみのお届けはできません)
②サラダ・ランチはご連絡がない限り、自動継続となります。
③サラダの消費期限は、お届け日の翌日24時です。
④サラダにドレッシングはついていません。
⑤ランチの消費期限は、お届け日の翌日15時です。
⑥容器は市町村の区分に従い、廃棄をお願いします。

おかずコース [650円]				食べごたえ4品コース [720円] [返却不要容器]				あじわいコース [740円]				いろどり8品コース [750円]			
評価	献立名			評価	献立名			評価	献立名			評価	献立名		
7/27	豚焼肉			さわらの塩焼き			アカウオの煮つけ			エビフライのガーリックソース添え					
	アサリと玉子の炒め物			鶏とさつま芋の甘辛炒め			ジャーマンポテト			チーズ鶏つくね					
	白菜とあげの煮浸し			カリフラワーの柚子胡椒和え			お麩の玉子とじ			高野豆腐の玉子とじ					
	マカロニのトマトソース和え			キャベツのごまマヨ和え			わかめと人参のさっぱり和え			チンゲン菜と人参の煮浸し					
	れんこんのごま煮						ほうれん草のお浸し			キャベツの甘酢漬け					
月	オクラとじゃこの和え物									白菜人参サラダ					
										大根サラダ					
	糸こんにゃくとさつまあげの甘辛炒め									えび、小麦、卵、乳成分					
アレルギー	小麦、卵、乳成分			アレルギー	卵・小麦			アレルギー	小麦・卵・乳成分			アレルギー	えび、小麦、卵、乳成分		
Ⓔ	401 kcal	たんぱく質 12.7 g	脂質 22.5 g	Ⓔ	368 kcal	たんぱく質 23.6 g	脂質 21.2 g	Ⓔ	256 kcal	たんぱく質 19.0 g	脂質 9.7 g	Ⓔ	488 kcal	たんぱく質 18.1 g	脂質 28.1 g
炭水化物	32.2 g	塩分 3.4 g		炭水化物	20.9 g	塩分 1.9 g		炭水化物	22.1 g	塩分 2.7 g		炭水化物	41.3 g	塩分 3.6 g	
7/28	白身魚のマスタードソース			月見大葉つくね			油淋鶏（ユーリンチー）			鶏のジンジャーソテー					
	鶏ひき肉とチンゲン菜の炒め物			野菜とあさりのコチュマヨ和え			アサリとチンゲン菜の炒め物			アサリと玉子の炒め物					
	いんげんの卵の花和え			ナスの中華だれ			春雨と野菜の炒め物			卵の花とひじきの和え物					
	大根の照り焼き風煮			玉葱とピーマンのマリネ			ちくわのレモンマヨ和え			がんもといんげんの煮物					
	もやしとわかめの酢の物						こんにゃくのみそ炒め			ツナとみずくわいのハニーマスタード炒め					
火	人参のナムル									えのき茸と小松菜の煮浸し					
										切干大根の柚子胡椒マヨネーズ和え					
	オクラとカニカマの梅おかか和え									オクラとカニカマの梅おかか和え					
アレルギー	小麦、卵、乳成分			アレルギー	卵・乳成分・小麦・えび			アレルギー	小麦・卵			アレルギー	えび、かに、小麦、卵、乳成分		
Ⓔ	406 kcal	たんぱく質 13.2 g	脂質 25.1 g	Ⓔ	400 kcal	たんぱく質 17.2 g	脂質 21.9 g	Ⓔ	432 kcal	たんぱく質 17.3 g	脂質 23.7 g	Ⓔ	518 kcal	たんぱく質 26.3 g	脂質 33.0 g
炭水化物	31.1 g	塩分 3.0 g		炭水化物	33.8 g	塩分 3.2 g		炭水化物	35.4 g	塩分 3.8 g		炭水化物	25.6 g	塩分 3.8 g	
7/29	牛の柳川風			エビカツ（タルタルソース付）			玉子焼あっさりカニカマあんかけ			白身魚（メルルーサ）のみりん風味焼き					
	白身魚ハンバーグのおろしぼん酢がけ			しろ菜と豚肉の中華炒め			蒸し鶏とごぼうのサラダ			肉団子の和風玉ねぎソース和え					
	もやしとあげのオイスターソース炒め			いんげんと大豆そぼろの肉味噌風			大根と大根菜の煮物			和風スパゲティ					
	ひじき煮			わかめと葱のナムル			うぐいす豆			キャベツとハムのサラダ					
	枝豆ポテトサラダ						卵の花			大学芋					
水	白菜の酢の物									里芋のそぼろあんかけ					
										茎わかめとカニカマの酢の物					
	大根とじゃこのポン酢和え									大根とじゃこのポン酢和え					
アレルギー	小麦、卵、乳成分			アレルギー	卵・乳成分・小麦・えび			アレルギー	小麦・卵・乳成分・カニ			アレルギー	えび、かに、小麦、卵、乳成分、落花生		
Ⓔ	482 kcal	たんぱく質 10.8 g	脂質 29.1 g	Ⓔ	449 kcal	たんぱく質 15.4 g	脂質 27.9 g	Ⓔ	363 kcal	たんぱく質 18.5 g	脂質 19.7 g	Ⓔ	486 kcal	たんぱく質 20.4 g	脂質 25.3 g
炭水化物	37.8 g	塩分 3.6 g		炭水化物	33.3 g	塩分 2.6 g		炭水化物	27.1 g	塩分 3.4 g		炭水化物	42.3 g	塩分 3.0 g	
7/30	キタノメヌケの南蛮たれがけ			豚肉とゴーヤの炒め物			豚しゃぶ			とんかつ					
	照り焼き鶏つくね			生姜メンチカツ			エビしんじょう			はもしんじょう					
	焼きそば			小松菜とウインナーの炒め物			小松菜とあげの煮物			肉味噌ナムル					
	炊き合わせ（人参・高野豆腐）			人参サラダ			じゃがいものゆず風味の酢の物			ナスの酢味噌がけ					
	きゅうりのツナマヨネーズ和え						玉ねぎのおかか炒め			蒸し鶏の柚子胡椒和え					
木	金時豆									きんぴらごぼうのマヨネーズ和え					
										炊き合わせ（こんにゃく・椎茸）					
	オクラのおろし和え									オクラのおろし和え					
アレルギー	小麦、卵、乳成分			アレルギー	卵・乳成分・小麦			アレルギー	小麦・卵・乳成分・エビ			アレルギー	小麦、卵、乳成分		
Ⓔ	494 kcal	たんぱく質 22.1 g	脂質 24.0 g	Ⓔ	419 kcal	たんぱく質 17.6 g	脂質 28.2 g	Ⓔ	448 kcal	たんぱく質 18.3 g	脂質 31.9 g	Ⓔ	488 kcal	たんぱく質 14.1 g	脂質 29.1 g
炭水化物	46.2 g	塩分 3.1 g		炭水化物	23.5 g	塩分 2.3 g		炭水化物	21.2 g	塩分 3.0 g		炭水化物	37.2 g	塩分 3.2 g	
7/31	鶏の照り焼き			塩唐揚げ			エビチリ			キタノメヌケの味噌たれがけ					
	干しエビとピーマンの炒め物			豆乳入り野菜揚げの和風あんかけ			ミートボール			豆腐とチキン揚げ					
	ごぼうとこんにゃくの甘辛煮			平春雨の炒め物			ごぼうの胡麻酢漬			玉子ともやしのツナ炒め					
	しょうまいチリソース			ツナコーンサラダ			さつまいもと枝豆とチーズのサラダ			枝豆と玉ねぎのチーズサラダ					
	紫キャベツとひじきのサラダ						もやしと人参の煮浸し			さつまいもの味噌マヨネーズがけ					
金	じゃこおろし									ほうれん草と人参の煮浸し					
										ピーマンと玉葱の酢の物					
	いんげんの旨煮									いんげんの旨煮					
アレルギー	えび、かに、小麦、卵、乳成分			アレルギー	卵・乳成分・小麦			アレルギー	小麦・卵・乳成分・エビ			アレルギー	小麦、卵、乳成分		
Ⓔ	410 kcal	たんぱく質 18.5 g	脂質 26.5 g	Ⓔ	448 kcal	たんぱく質 20.5 g	脂質 31.3 g	Ⓔ	405 kcal	たんぱく質 16.2 g	脂質 19.1 g	Ⓔ	490 kcal	たんぱく質 22.4 g	脂質 26.8 g
炭水化物	23.7 g	塩分 2.9 g		炭水化物	21.3 g	塩分 2.5 g		炭水化物	42.5 g	塩分 2.5 g		炭水化物	34.4 g	塩分 3.4 g	
週平均	Ⓔ	439 kcal	塩分 3.2 g	Ⓔ	417 kcal	塩分 2.5 g		Ⓔ	381 kcal	塩分 3.1 g		Ⓔ	494 kcal	塩分 3.4 g	

ちょっとひとこと

【おかず小】春雨の中華風酢の物は、暑い夏でもさっぱりと食べられます。【カロリーサポート】添付のソースをかけてお召し上がり下さい。【ランチ】ソーセージ（バーベキューソース）は、ソースをたっぷりと絡めてお召し上がり下さい。【おかず】豚焼肉は、ごはんが進みます。【あじわい】ジャーマンポテトは新メニューです。程よい塩味とニンニクの香りで食欲をそそります。【いろどり】エビフライのガーリックソース添えは夏にぴったりのスタミナメニューです。

【やわらか】豚の生姜焼は2種類の生姜を使用したこだわりの一品です。【カロリーサポート】下味をつけて焼き上げた鶏肉に、オイスターソースとマヨネーズをブレンドしたソースをかけました。【ランチ】キタノメヌケのミートソースがけは、ミートソースと相性が良いメニューです。【おかず】白身魚のマスタードソースは、揚げた白身魚にマスタードソースをかけた一品です。【食べごたえ】大葉が香るつくねに卵黄風ソースをからめてお召し上がりください。

【お弁当】ヒレカツは、自社で手作りしたおすすめメニューです。【やわらか】グリルしたアカウオに貝の旨味を隠し味に使用したソースをかけました。【ランチ】さっぱりおろし鶏つくねは、青じその風味が香るソースをかけています。【おかず】牛の柳川風は、甘辛く味付けした牛肉に玉子とじをかけています。【食べごたえ】添付のタルタルソースをかけてお召し上がりください。【いろどり】白身魚（メルルーサ）のみりん風味焼きは、おすすめメニューです。

【おかず小】シシャモの磯辺揚げは、小骨が残っている可能性がありますので、注意してお召し上がり下さい。【ランチ】牛と厚揚げの煮物は、醤油ベースで甘辛く味付けしました。【食べごたえ】鯉節の豊かな風味とゴーヤの苦みがクセになるおいしさです。【あじわい】豚しゃぶは、別添のごまドレッシングをかけてお召し上がり下さい。【いろどり】とんかつは、別添のソースをかけてお召し上がりください。

【お弁当】牛とコーンの醤油だれがけは、にんにくと黒胡椒が効いています。【やわらか】いかカツは新メニューです。いかのすり身と切身で作ったカツを食べやすいように3等分しました。【カロリーサポート】えび、豚肉、野菜などが入った具だくさんの八宝菜です。【ランチ】ヤンニョムチキン風はコチジャンを使用しピリ辛に仕立てています。【おかず】鶏の照り焼きは人気メニューです。【あじわい】エビチリは、エビの天ぷらに甘口のチリソースをかけました。