

9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個分ですが、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。

厳選国産十六穀米ご飯使用



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。

※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	火	水	木	金	土	日																																																																																					
		1 🍱 挽肉たっぷり厚揚げの麻婆豆腐 ラム肉入り ジンギスカンコロッケ カニ風味かまぼこの天ぷら 豆乳入りふっくらがんも煮 サラダこんにやくと水菜の胡麻サラダ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>455kcal</td><td>12.6g</td><td>12.7g</td><td>70.0g</td><td>2.3g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>677kcal</td><td>18.3g</td><td>20.8g</td><td>100.5g</td><td>3.0g</td></tr></table>	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	455kcal	12.6g	12.7g	70.0g	2.3g	デラックス	677kcal	18.3g	20.8g	100.5g	3.0g	2 🍱 ヒレカツ・ソース ちくわとキャベツのカレー炒め ピリ辛イカのちぎり揚げ おまかせの副菜 インゲンのネギ塩辣油和え <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>462kcal</td><td>14.6g</td><td>12.1g</td><td>71.3g</td><td>2.0g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>674kcal</td><td>22.0g</td><td>18.8g</td><td>100.9g</td><td>2.7g</td></tr></table>	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	462kcal	14.6g	12.1g	71.3g	2.0g	デラックス	674kcal	22.0g	18.8g	100.9g	2.7g	3 🍱 野菜たっぷり牛肉のビビンバ お楽しみの1品 ほうれん草チーズパイ・トマト仕立て ヤングコーンのきんぴら 瀬戸内レモン風味のマッシュさつま芋 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>463kcal</td><td>10.5g</td><td>11.4g</td><td>77.9g</td><td>2.6g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>665kcal</td><td>15.5g</td><td>18.9g</td><td>105.9g</td><td>3.7g</td></tr></table>	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	463kcal	10.5g	11.4g	77.9g	2.6g	デラックス	665kcal	15.5g	18.9g	105.9g	3.7g	4 お休み	5 お休み																																		
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	455kcal	12.6g	12.7g	70.0g	2.3g																																																																																						
デラックス	677kcal	18.3g	20.8g	100.5g	3.0g																																																																																						
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	462kcal	14.6g	12.1g	71.3g	2.0g																																																																																						
デラックス	674kcal	22.0g	18.8g	100.9g	2.7g																																																																																						
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	463kcal	10.5g	11.4g	77.9g	2.6g																																																																																						
デラックス	665kcal	15.5g	18.9g	105.9g	3.7g																																																																																						
6 🍱 唐揚げ〜5種果汁の大根おろしソース〜 さばの味噌煮 切干大根煮 マッシュルームとコーンのトマト炒め ポテトサラダ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>490kcal</td><td>14.9g</td><td>14.5g</td><td>72.1g</td><td>2.2g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>826kcal</td><td>27.5g</td><td>30.5g</td><td>106.1g</td><td>3.5g</td></tr></table>	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	14.9g	14.5g	72.1g	2.2g	デラックス	826kcal	27.5g	30.5g	106.1g	3.5g	7 名店コラボ 🍱 照寿司監修・北海道産ホタテクリームコロッケ 合鴨・竹の子・パプリカの黒こしょう炒め ひじき煮 エリンギとほうれん草の塩ダレ炒め 店主おすすめの1品 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>448kcal</td><td>10.8g</td><td>12.2g</td><td>70.6g</td><td>2.2g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>686kcal</td><td>15.6g</td><td>22.3g</td><td>100.9g</td><td>2.9g</td></tr></table>	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	448kcal	10.8g	12.2g	70.6g	2.2g	デラックス	686kcal	15.6g	22.3g	100.9g	2.9g	8 🍱 ほぐしずみ鶏・野菜の参鶏湯(サムゲタン)風 麻婆春巻き 軟骨入り照り焼き肉団子 ぜんまいと野菜の炊いたん しらすとわかめのやみつきサラダ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>473kcal</td><td>12.6g</td><td>12.7g</td><td>69.2g</td><td>2.6g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>663kcal</td><td>17.9g</td><td>18.1g</td><td>98.6g</td><td>3.4g</td></tr></table>	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	473kcal	12.6g	12.7g	69.2g	2.6g	デラックス	663kcal	17.9g	18.1g	98.6g	3.4g	9 ちょうよう 重陽の節句 🍱 照り焼きハンバーグ・スクランブル添え 🍱 九州産豚肉で秋野菜の酢豚 なすとこんにやくの味噌田楽風 九州産ほうれん草の焙煎胡麻和え 秋の味覚 国産マロンロールケーキ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>495kcal</td><td>12.2g</td><td>12.8g</td><td>80.3g</td><td>2.1g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>679kcal</td><td>17.0g</td><td>17.4g</td><td>110.1g</td><td>2.7g</td></tr></table>	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	495kcal	12.2g	12.8g	80.3g	2.1g	デラックス	679kcal	17.0g	17.4g	110.1g	2.7g	10 🍱 やみつきねぎ生姜ダレの油淋鶏(ユウリンチー) 花咲イカの天ぷら・甘辛ダレ 木の葉型・豆乳入り! 五目しんじょう 3種海藻とオクラのネバネバ仕立て 切干ときゅうりのさっぱりサラダ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>517kcal</td><td>15.2g</td><td>16.2g</td><td>75.0g</td><td>2.6g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>807kcal</td><td>24.6g</td><td>28.5g</td><td>109.4g</td><td>3.4g</td></tr></table>	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	517kcal	15.2g	16.2g	75.0g	2.6g	デラックス	807kcal	24.6g	28.5g	109.4g	3.4g	11 お休み	12 お休み
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	14.9g	14.5g	72.1g	2.2g																																																																																						
デラックス	826kcal	27.5g	30.5g	106.1g	3.5g																																																																																						
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	448kcal	10.8g	12.2g	70.6g	2.2g																																																																																						
デラックス	686kcal	15.6g	22.3g	100.9g	2.9g																																																																																						
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	473kcal	12.6g	12.7g	69.2g	2.6g																																																																																						
デラックス	663kcal	17.9g	18.1g	98.6g	3.4g																																																																																						
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	495kcal	12.2g	12.8g	80.3g	2.1g																																																																																						
デラックス	679kcal	17.0g	17.4g	110.1g	2.7g																																																																																						
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	517kcal	15.2g	16.2g	75.0g	2.6g																																																																																						
デラックス	807kcal	24.6g	28.5g	109.4g	3.4g																																																																																						
13 🍱 かにと卵の海鮮カレー・プーパッポン風 秋の味覚! さつま芋コロッケ・黒ごま風味 さばの塩焼き 竹の子とパプリカの甘辛生姜炒め マカロニサラダ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>541kcal</td><td>13.9g</td><td>15.0g</td><td>85.9g</td><td>2.2g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>715kcal</td><td>17.3g</td><td>21.8g</td><td>110.0g</td><td>2.7g</td></tr></table>	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	541kcal	13.9g	15.0g	85.9g	2.2g	デラックス	715kcal	17.3g	21.8g	110.0g	2.7g	14 ★ Special 🍱 北海道中国料理「布袋」監修 鶏ザンギ 🍱 豚肉と野菜のチャンプルー炒め ちくわの磯辺揚げ 小松菜のお浸し お出汁煮里芋のマッシュ和サラダ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>504kcal</td><td>11.9g</td><td>16.4g</td><td>73.6g</td><td>2.2g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>779kcal</td><td>17.9g</td><td>30.0g</td><td>103.7g</td><td>3.0g</td></tr></table>	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	504kcal	11.9g	16.4g	73.6g	2.2g	デラックス	779kcal	17.9g	30.0g	103.7g	3.0g	15 🍱 照り焼きペッパーの粗挽きハンバーグ 白身魚フライ・タルタルソース 小なすの揚げ浸し わかめとネギのサクサク醤油炒め かぶと紅芯大根のマリネ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>445kcal</td><td>12.1g</td><td>12.9g</td><td>69.0g</td><td>2.3g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>663kcal</td><td>19.3g</td><td>20.8g</td><td>97.3g</td><td>3.1g</td></tr></table>	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	445kcal	12.1g	12.9g	69.0g	2.3g	デラックス	663kcal	19.3g	20.8g	97.3g	3.1g	16 🍱 国産チキンカツ・ソース かぼちゃのふわふわ豆腐・きのこあん キャベツと明太子の高菜炒め 切干大根煮 玉子と春雨のチリサラダ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>492kcal</td><td>14.8g</td><td>12.7g</td><td>77.2g</td><td>2.9g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>753kcal</td><td>23.9g</td><td>23.0g</td><td>109.1g</td><td>4.0g</td></tr></table>	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	14.8g	12.7g	77.2g	2.9g	デラックス	753kcal	23.9g	23.0g	109.1g	4.0g	17 🍱 海老とブロッコリーのアヒージョ風 お楽しみの揚げ物 ウィンナーとしめじの焼肉タレ炒め 本格的! にらチヂミ 山形郷土料理"おみ漬け"と野菜の和え物 <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>493kcal</td><td>11.3g</td><td>16.3g</td><td>72.9g</td><td>2.0g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>747kcal</td><td>16.6g</td><td>27.5g</td><td>104.8g</td><td>2.5g</td></tr></table>	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	493kcal	11.3g	16.3g	72.9g	2.0g	デラックス	747kcal	16.6g	27.5g	104.8g	2.5g	18 お休み	19 お休み
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	541kcal	13.9g	15.0g	85.9g	2.2g																																																																																						
デラックス	715kcal	17.3g	21.8g	110.0g	2.7g																																																																																						
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	504kcal	11.9g	16.4g	73.6g	2.2g																																																																																						
デラックス	779kcal	17.9g	30.0g	103.7g	3.0g																																																																																						
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	445kcal	12.1g	12.9g	69.0g	2.3g																																																																																						
デラックス	663kcal	19.3g	20.8g	97.3g	3.1g																																																																																						
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	14.8g	12.7g	77.2g	2.9g																																																																																						
デラックス	753kcal	23.9g	23.0g	109.1g	4.0g																																																																																						
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	493kcal	11.3g	16.3g	72.9g	2.0g																																																																																						
デラックス	747kcal	16.6g	27.5g	104.8g	2.5g																																																																																						
20 お休み	21 🍱 ジューシーメンチカツ・粒マスタード入ソース カルシウム豊富 あじの南蛮漬け ひじき煮 腸活! ごぼうと大豆の発酵もろみ炒め ポテトサラダ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>534kcal</td><td>14.6g</td><td>17.0g</td><td>78.4g</td><td>2.5g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>809kcal</td><td>22.1g</td><td>28.7g</td><td>112.3g</td><td>3.4g</td></tr></table>	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	534kcal	14.6g	17.0g	78.4g	2.5g	デラックス	809kcal	22.1g	28.7g	112.3g	3.4g	22 ★ Special 🍱 牛焼肉〜旬の野菜添え〜 🍱 サクサク三角えびはんぺんフライ 青ネギ入り! 鶏つくねのリング揚げ 食物繊維豊富! ヘルシーきのこマリネ カリカリ山くらげのピリ辛和え <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>458kcal</td><td>11.7g</td><td>13.2g</td><td>72.9g</td><td>2.5g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>667kcal</td><td>17.0g</td><td>20.7g</td><td>102.4g</td><td>3.5g</td></tr></table>	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	458kcal	11.7g	13.2g	72.9g	2.5g	デラックス	667kcal	17.0g	20.7g	102.4g	3.5g	23 お休み	24 お休み	25 お休み	26 お休み																																																			
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	534kcal	14.6g	17.0g	78.4g	2.5g																																																																																						
デラックス	809kcal	22.1g	28.7g	112.3g	3.4g																																																																																						
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	458kcal	11.7g	13.2g	72.9g	2.5g																																																																																						
デラックス	667kcal	17.0g	20.7g	102.4g	3.5g																																																																																						
27 🍱 ハンバーグ〜デミグラスソース煮込み〜 EPA・DHA豊富! さばの梅しそフライ 鉄分豊富! 高野と花麴の煮物 じゃことピーマンのやみつきおかか醤油炒め バジルマカロニサラダ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>500kcal</td><td>15.7g</td><td>15.1g</td><td>72.4g</td><td>2.3g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>742kcal</td><td>23.7g</td><td>24.2g</td><td>103.7g</td><td>3.2g</td></tr></table>	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	500kcal	15.7g	15.1g	72.4g	2.3g	デラックス	742kcal	23.7g	24.2g	103.7g	3.2g	28 秋分の日にちなんで 🍱 牛ハラミカツ〜ネギもろみソース〜 🍱 合鴨と秋野菜の和風オニオンダレ 信田巻き(しのだまき)〜野菜の油揚げ巻き〜 ヤングコーンと小松菜のピーナッツサラダ きなことあんこのミニおはぎ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>520kcal</td><td>13.1g</td><td>15.0g</td><td>80.5g</td><td>1.8g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>782kcal</td><td>19.3g</td><td>25.8g</td><td>113.7g</td><td>2.5g</td></tr></table>	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	520kcal	13.1g	15.0g	80.5g	1.8g	デラックス	782kcal	19.3g	25.8g	113.7g	2.5g	29 🍱 海老カツ・タルタルソース 国産肉団子とこんにやくのとて煮風 里芋の煮ころがし おまかせの副菜 カニカマとカリフラワーの梅サラダ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>483kcal</td><td>14.1g</td><td>11.7g</td><td>78.1g</td><td>2.5g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>694kcal</td><td>20.1g</td><td>19.2g</td><td>107.3g</td><td>3.2g</td></tr></table>	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	483kcal	14.1g	11.7g	78.1g	2.5g	デラックス	694kcal	20.1g	19.2g	107.3g	3.2g	30 🍱 豚肉とごろごろお芋のトマトシチュー 磯辺白身魚フライ・瀬戸内レモンダレ 鶏さつまの生姜醤油 チンゲン菜とメンマの中華和え ズッキーニとひじきのビタミン補給サラダ <table><tr><td>エネルギー</td><td>たんぱく質</td><td>脂質</td><td>炭水化物</td><td>食塩相当量</td></tr><tr><td>ヘルシー</td><td>435kcal</td><td>13.1g</td><td>11.2g</td><td>68.2g</td><td>2.4g</td></tr><tr><td>デラックス</td><td>634kcal</td><td>19.0g</td><td>17.4g</td><td>97.1g</td><td>3.0g</td></tr></table>	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	13.1g	11.2g	68.2g	2.4g	デラックス	634kcal	19.0g	17.4g	97.1g	3.0g																				
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	500kcal	15.7g	15.1g	72.4g	2.3g																																																																																						
デラックス	742kcal	23.7g	24.2g	103.7g	3.2g																																																																																						
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	520kcal	13.1g	15.0g	80.5g	1.8g																																																																																						
デラックス	782kcal	19.3g	25.8g	113.7g	2.5g																																																																																						
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	483kcal	14.1g	11.7g	78.1g	2.5g																																																																																						
デラックス	694kcal	20.1g	19.2g	107.3g	3.2g																																																																																						
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	13.1g	11.2g	68.2g	2.4g																																																																																						
デラックス	634kcal	19.0g	17.4g	97.1g	3.0g																																																																																						