

10月の定食

【10月の定食小鉢】

根菜のマリネ / かぼちゃの安倍川風

- ご飯の大盛り(200g)：無料
- ご飯おかわり：50円
- ご飯単品：100円
- 雑穀米に変更：50円
- 汁のおかわり：50円

菜



【野菜定食】

温野菜と濃厚豆腐

先付・ご飯・味噌汁・漬物・小鉢2品・ドリンク付

¥1,000(税込)

(熱量617kcal/タンパク質19.8g/脂質12.7g/塩分3.7g)

※野菜の種類によって数値に多少の変更があります。

魚



【魚菜定食】

サバの香草トマトソース

先付・ご飯・味噌汁・漬物・小鉢2品・ドリンク付

¥1,080(税込)

(熱量753kcal/タンパク質28.9g/脂質27.8g/塩分3.3g)

肉



【肉菜定食】

卵 小麦

豆腐バーグのねぎ味噌焼き

先付・ご飯・味噌汁・漬物・小鉢2品・ドリンク付

¥1,080(税込)

(熱量662kcal/タンパク質31.3g/脂質14.8g/塩分3.3g)

定食のドリンクはこちらから

HOT

- コーヒー
- 紅茶(ストレート・レモン・ミルク)
- カフェ・ラテ (+50円)
- 日本茶
- ミルク(ホットorアイス)

ICE

- アイスコーヒー
- アイスティー(ストレート・レモン・ミルク)
- オレンジジュース
- アップルジュース

※コーヒー・紅茶・カフェラテに限り、1杯¥210でおかわりができます。



豆乳茶碗蒸し 生姜あん
¥310(税込)



野菜とおからのサラダ
プラス¥210(税込)
単品¥360(税込)



スープ(お選びいただけます) ※
プラス¥210(税込)
単品¥360(税込)



デザート(お選びいただけます)
プラス¥210(税込)
単品¥360(税込)