

5月

自然食レストラン&ショップ  
**Natural Garden**  
ナチュラルガーデンのお弁当

出張販売 in **梅木さんちの台所**

日替弁当

メニュー

1 <火> 鯖塩焼
2 <水> 白身魚フライとエビフライ
3 <木>
4 <金>
5 <土>
6 <日>
7 <月> 鶏団子甘酢あんかけ
8 <火> チキン南蛮
9 <水> 煮込みハンバーグ (デミソース)
10 <木> サーモンタルタルソース焼
11 <金> クリームコロッケと帆立フライ
12 <土> 照り焼チキン
13 <日>
14 <月> 酢豚
15 <火> チキンのトマトチーズ焼
16 <水> 豚肉チンジャオロース

17 <木> ミンチカツとエビフライ
18 <金> 鯖幽庵焼
19 <土> 回鍋肉
20 <日>
21 <月> エビとイカのマヨネーズ和え
22 <火> チキン南蛮
23 <水> サーモンのレモン焼
24 <木> 煮込みハンバーグ (トマトソース)
25 <金> 海老チリソース炒め
26 <土> 白身魚フライとエビフライ
27 <日>
28 <月> 酢豚
29 <火> 鯖塩焼
30 <水> ヒレカツの卵とじ
31 <木> 照り焼チキン

※メニューは変更になる場合がございます。

日替わり弁当 477円 (税込515円)

日替ミニ弁当 431円 (税込465円)

梅木さんちの台所 お弁当ご予約専用電話

☎072-341-0008

ご注文は前日までに  
お願い致します。

平日のみ、下記エリア限定、3個から宅配承ります!

- ・大町東1~4丁
- ・甲斐町東1~6丁
- ・市之町東1~6丁
- ・熊野町東1~5丁
- ・戎之町東1~5丁
- ・櫛屋町東1~4丁

# 5月

徳島大学での研究成果に基づいた食事法によるメニュー

# デンシエット® 弁当



出張販売 in  
**梅木さんの台所**

1 <火> 揚げないヘルシー酢豚	481 kcal
2 <水> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
3 <木>	
4 <金>	
5 <土>	
6 <日>	
7 <月> 白身魚のピカタ	519 kcal
8 <火> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
9 <水> 白身魚の香草パン粉焼き	481 kcal
10 <木> 豚の生姜焼き	498 kcal
11 <金> 鶏のチリソース	508 kcal
12 <土> 揚げないヘルシー鮭フライ	499 kcal
13 <日>	
14 <月> アジの照り焼き	482 kcal
15 <火> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
16 <水> 鶏のチリソース	508 kcal

17 <木> 揚げないヘルシー酢豚	481 kcal
18 <金> 鶏のチンジャオロース	511 kcal
19 <土> 白身魚のピカタ	519 kcal
20 <日>	
21 <月> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
22 <火> 鯖の柚子こしょう味噌焼き	516 kcal
23 <水> 揚げないヘルシー酢豚	481 kcal
24 <木> だし巻玉子	520 kcal
25 <金> 豚の生姜焼き	498 kcal
26 <土> グリルチキン	513 kcal
27 <日>	
28 <月> 鯖の柚子こしょう味噌焼き	516 kcal
29 <火> 鶏のチンジャオロース	511 kcal
30 <水> 白身魚の香草パン粉焼き	481 kcal
31 <木> アジの照り焼き	482 kcal

※メニューは変更になる場合がございます。

**デンシエット® 弁当 700円 (税込756円)**

梅木さんの台所 お弁当ご予約専用電話

**☎072-341-0008**

ご注文は**前日**までに  
お願い致します。

平日のみ、下記エリア限定、3個から宅配承ります!

- ・大町東1~4丁
- ・甲斐町東1~6丁
- ・市之町東1~6丁
- ・熊野町東1~5丁
- ・戎之町東1~5丁
- ・櫛屋町東1~4丁