

6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

梅木さんの台所

日替弁当

メニュー

1 <金> 白身魚フライとエビフライ
2 <土> ガリバタチキン
3 <日>
4 <月> 煮込みハンバーグ (デミソース)
5 <火> 鯖の塩焼き
6 <水> 豚肉チンジャオロース
7 <木> クリームコロッケと帆立フライ
8 <金> 酢豚
9 <土> 鰯の照り焼き
10 <日>
11 <月> 鶏団子の甘酢あんかけ
12 <火> チキン南蛮
13 <水> ヒレカツの卵とじ
14 <木> サーモントルタルチーズ焼き
15 <金> 海老チリソース炒め
16 <土> 照り焼きチキン

17 <日>
18 <月> 煮込みハンバーグ (トマトソース)
19 <火> 鯖の塩焼
20 <水> ミンチカツとエビフライ
21 <木> 酢豚
22 <金> サーモンのレモン焼
23 <土> エビとイカのマヨネーズ和え
24 <日>
25 <月> ヒレカツの卵とじ
26 <火> チキントマトチーズ焼き
27 <水> 鯖幽庵焼き
28 <木> 豚肉チンジャオロース
29 <金> ササミチーズカツ
30 <土> 白身魚唐揚げ(スイートチリ)

※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
- ・戒之町東1~5丁
- ・榎屋町東1~4丁

# 6月 デンシエット® 弁当

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



出張販売 in  
梅木さんの台所

1 <金> 豚の生姜焼き	498 kcal
2 <土> だし巻玉子	520 kcal
3 <日>	
4 <月> 白身魚のピカタ	519 kcal
5 <火> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
6 <水> 鯖の柚子こしょう味噌焼き	516 kcal
7 <木> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
8 <金> アジの照り焼き	482 kcal
9 <土> 鶏のチンジャオロース	511 kcal
10 <日>	
11 <月> だし巻玉子	520 kcal
12 <火> 揚げないヘルシー酢豚	481 kcal
13 <水> 白身魚のピカタ	519 kcal
14 <木> グリルチキン	513 kcal
15 <金> 鯖の柚子こしょう味噌焼き	516 kcal
16 <土> 揚げないヘルシー鮭フライ	499 kcal

17 <日>	
18 <月> アジの照り焼き	482 kcal
19 <火> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
20 <水> 鶏のチリソース	508 kcal
21 <木> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
22 <金> 揚げないヘルシー酢豚	481 kcal
23 <土> 白身魚の香草パン粉焼き	481 kcal
24 <日>	
25 <月> 揚げないヘルシー鮭フライ	499 kcal
26 <火> 豚の生姜焼き	498 kcal
27 <水> グリルチキン	513 kcal
28 <木> アジの照り焼き	482 kcal
29 <金> 白身魚のピカタ	519 kcal
30 <土> 鶏のチンジャオロース	511 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