

9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 <土> ガリバタチキン
2 <日>
3 <月> ヒレカツの卵とじ
4 <火> プルコギ
5 <水> 煮込みハンバーグ (デミソース)
6 <木> 赤魚若狭焼き
7 <金> 豚肉のチンジャオロース
8 <土> 牛肉と野菜の塩ダレ炒め
9 <日>
10 <月> 鶏団子甘酢あんかけ
11 <火> 鯖塩焼き
12 <水> 海老チリソース炒め
13 <木> 酢豚
14 <金> ミンチカツとエビフライ
15 <土> 鱈の照焼き
16 <日>

17 <月>
18 <火> チキン南蛮
19 <水> 白身魚フライとエビフライ
20 <木> 煮込みハンバーグ (トマトソース)
21 <金> サーモントルタルソース焼き
22 <土> ササミチーズフライ
23 <日>
24 <月>
25 <火> 鮭の塩焼き
26 <水> ヒレカツの卵とじ
27 <木> サーモンレモン焼き
28 <金> 回鍋肉
29 <土> ホタテフライとカニクリームコロッケ
30 <日>

※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
- ・榊屋町東1~4丁

# 9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

# デンシエツ® 弁当



出張販売 in  
**梅木さんちの台所**

1 <土> 白身魚のピカタ	519 kcal
2 <日>	
3 <月> 揚げないヘルシー鮭フライ	499 kcal
4 <火> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
5 <水> だし巻玉子	520 kcal
6 <木> 豚の生姜焼き	498 kcal
7 <金> 白身魚の香草パン粉焼き	481 kcal
8 <土> 鯖の柚子こしょう味噌焼き	516 kcal
9 <日>	
10 <月> アジの照り焼き	482 kcal
11 <火> 鶏のチンジャオロース	511 kcal
12 <水> 揚げないヘルシー酢豚	481 kcal
13 <木> 白身魚のピカタ	519 kcal
14 <金> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
15 <土> 鶏のチリソース	508 kcal
16 <日>	

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

※メニューは変更になる場合がございます。

**デンシエツ® 弁当 700円 (税込756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