

10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

日替わり弁当

メニュー

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

17 <水> サーモンのレモン焼き
18 <木> 豚肉のチンジャオロース
19 <金> 白身魚フライとエビフライ
20 <土> 豚生姜焼き
21 <日>
22 <月> 海老とイカのオーロラソース
23 <火> 鮭の塩焼き
24 <水> ヒレカツの卵とじ
25 <木> 煮込みハンバーグ (トマトソース)
26 <金> サーモンのタルタルソース焼き
27 <土> 白身魚唐揚げ (スイートチリ)
28 <日>
29 <月> クリームコロッケと帆立フライ
30 <火> チキンのトマトチーズ焼き
31 <水> 酢豚

日替わり弁当 477円 (税込515円)

日替ミニ弁当 431円 (税込465円)

※メニューは変更になる場合がございます。

10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

梅木さんちの台所

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

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

デンシエット® 弁当 700円 (税込756円)

※メニューは変更になる場合がございます。

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