

10

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> 豚肉生姜焼き
2 <水> アジフライとエビフライ
3 <木> 煮込みハンバーグ (デミソース)
4 <金> 赤魚若狭焼き
5 <土> クリームコロケと帆立フライ
6 <日>
7 <月> ヒレカツの卵とじ
8 <火> チキンのトマトチーズ焼き
9 <水> サーモントルタルソース焼き
10 <木> 海老カツとクリームコロケ
11 <金> 酢豚
12 <土> 鰯照焼き
13 <日>
14 <月>
15 <火> チキン南蛮
16 <水> 海老チリソース

17 <木> ミンチカツとエビフライ
18 <金> プルコギ
19 <土> チキン照焼き
20 <日>
21 <月> 鶏団子甘酢あんかけ
22 <火> サーモンレモン焼き
23 <水> 煮込みハンバーグ (トマトソース)
24 <木> 酢豚
25 <金> ヒレカツとミニハンバーグ
26 <土> ササミチーズカツ
27 <日>
28 <月> クリームコロケと帆立フライ
29 <火> マス塩焼き
30 <水> 豚肉のチンジャオロース
31 <木> 海老とイカのオーロラソース

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 <火> だし巻玉子	520 kcal
2 <水> 鶏のチンジャオロース	511 kcal
3 <木> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
4 <金> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
5 <土> 揚げないヘルシー酢豚	481 kcal
6 <日>	
7 <月> 揚げないヘルシー鮭フライ	499 kcal
8 <火> 鰯の照り焼き	482 kcal
9 <水> 鶏のチリソース	508 kcal
10 <木> 白身魚の香草パン粉焼き	481 kcal
11 <金> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
12 <土> グリルチキン	513 kcal
13 <日>	
14 <月>	
15 <火> 鯖の柚子胡椒味噌焼き	516 kcal
16 <水> 揚げないヘルシー酢豚	481 kcal

17 <木> 鶏のチンジャオロース	511 kcal
18 <金> 揚げないヘルシー鮭フライ	499 kcal
19 <土> 鰯の照り焼き	482 kcal
20 <日>	
21 <月> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
22 <火> 豚の生姜焼き	498 kcal
23 <水> 白身魚のピカタ	519 kcal
24 <木> 鶏のチリソース	508 kcal
25 <金> 鯖の柚子胡椒味噌焼き	516 kcal
26 <土> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
27 <日>	
28 <月> グリルチキン	513 kcal
29 <火> 豚の生姜焼き	498 kcal
30 <水> 白身魚の香草パン粉焼き	481 kcal
31 <木> 揚げないヘルシー酢豚	481 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