

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	17 <木> ミンチカツとエビフライ
2 <水> アジフライとエビフライ	18 <金> プルコギ
3 <木> 煮込みハンバーグ (デミソース)	19 <土> チキン照焼き
4 <金> 赤魚若狭焼き	20 <日>
5 <土> クリームコロケと帆立フライ	21 <月> 鶏団子甘酢あんかけ
6 <日>	22 <火> サーモンレモン焼き
7 <月> ヒレカツの卵とじ	23 <水> 煮込みハンバーグ (トマトソース)
8 <火> チキンのトマトチーズ焼き	24 <木> 酢豚
9 <水> サーモントルタルソース焼き	25 <金> ヒレカツとミニハンバーグ
10 <木> 海老カツとクリームコロケ	26 <土> ササミチーズカツ
11 <金> 酢豚	27 <日>
12 <土> 鰯照焼き	28 <月> クリームコロケと帆立フライ
13 <日>	29 <火> マス塩焼き
14 <月>	30 <水> 豚肉のチンジャオロース
15 <火> チキン南蛮	31 <木> 海老とイカのオーロラソース
16 <水> 海老チリソース	

※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)

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

デンシエツ® 弁当



出張販売 in

梅木さんちの台所

1 <火> だし巻玉子 520 kcal	17 <木> 鶏のチンジャオロース 511 kcal
2 <水> 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
3 <木> 豆腐ハンバーグ 492 kcal	19 <土> 鰹の照り焼き 482 kcal
4 <金> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き 492 kcal	20 <日>
5 <土> 揚げないヘルシー酢豚 481 kcal	21 <月> 豆腐ハンバーグ 492 kcal
6 <日>	22 <火> 豚の生姜焼き 498 kcal
7 <月> 揚げないヘルシー鮭フライ 499 kcal	23 <水> 白身魚のピカタ 519 kcal
8 <火> 鰹の照り焼き 482 kcal	24 <木> 鶏のチリソース 508 kcal
9 <水> 鶏のチリソース 508 kcal	25 <金> 鯖の柚子胡椒味噌焼き 516 kcal
10 <木> 白身魚の香草パン粉焼き 481 kcal	26 <土> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き 492 kcal
11 <金> 豆腐ハンバーグ 492 kcal	27 <日>
12 <土> グリルチキン 513 kcal	28 <月> グリルチキン 513 kcal
13 <日>	29 <火> 豚の生姜焼き 498 kcal
14 <月>	30 <水> 白身魚の香草パン粉焼き 481 kcal
15 <火> 鯖の柚子胡椒味噌焼き 516 kcal	31 <木> 揚げないヘルシー酢豚 481 kcal
16 <水> 揚げないヘルシー酢豚 481 kcal	

※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)

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

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。