

3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

日替り弁当

メニュー

1 <日>
2 <月> ヒレカツの卵とじ
3 <火> チキン照焼き
4 <水> 海老カツとクリームコロッケ
5 <木> 煮込みハンバーグ(デミソース)
6 <金> 海老チリソース
7 <土> 豚肉の生姜焼き
8 <日>
9 <月> 豚肉のチンジャオロース
10 <火> チキン南蛮
11 <水> サーモンのレモン焼き
12 <木> クリームコロッケと帆立フライ
13 <金> 海老とイカのオーロラソース
14 <土> プルコギ
15 <日>
16 <月> 酢豚

17 <火> 鮭の塩焼き
18 <水> ササミチーズフライ
19 <木> 煮込みハンバーグ(トマトソース)
20 <金> (祝) ヒレカツの卵とじ
21 <土> 牛肉と野菜の塩ダレ炒め
22 <日>
23 <月> 鶏団子の甘酢あんかけ
24 <火> 回鍋肉
25 <水> 赤魚若狭焼き
26 <木> 豚肉のチンジャオロース
27 <金> サーモンのタルタルソース焼き
28 <土> 鶏チリソース
29 <日>
30 <月> 海老カツとクリームコロッケ
31 <火> チキンのトマトソース焼き

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。

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

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