

11

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

梅本さんちの台所

日替弁当

メニュー

1 <日>
2 <月> 白身フライと海老フライ
3 <火> (祝) 赤魚若狭焼き
4 <水> 煮込みハンバーグ(デミソース)
5 <木> ヒレカツの卵とじ
6 <金> サーモンのタルタルチーズ焼き
7 <土> 豚肉の生姜焼き
8 <日>
9 <月> 酢豚
10 <火> チキン南蛮
11 <水> ミンチカツと海老フライ
12 <木> 豚肉のチンジャオロース
13 <金> 海老チリソース炒め
14 <土> ササミチーズカツ
15 <日>
16 <月> 鶏団子甘酢あんかけ

17 <火> サーモンレモン焼き
18 <水> クリームコロッケと海老フライ
19 <木> 煮込みハンバーグ(トマトソース)
20 <金> ヒレカツの卵とじ
21 <土> 若鶏照焼き
22 <日>
23 <月> (祝) 豚肉のチンジャオロース
24 <火> 鶏チリソース炒め
25 <水> 海老カツとクリームコロッケ
26 <木> サーモンのタルタルチーズ焼き
27 <金> 酢豚
28 <土> 赤魚若狭焼き
29 <日>
30 <月> クリームコロッケと海老フライ

日替わり弁当 477円(税込515円)

セルビスゴールド会員様は5%割引させていただきます。

7月1日~レジ袋が有料になりました。

11

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

梅本さんちの台所

1 <日>	
2 <月> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
3 <火> (祝) グリルチキン	513 kcal
4 <水> 鰯の照り焼き	482 kcal
5 <木> 鮭のパン粉焼き カレー風味	499 kcal
6 <金> 鶏のチリソース	508 kcal
7 <土> 白身魚のピカタ	519 kcal
8 <日>	
9 <月> 鰯の柚子胡椒味噌焼き	516 kcal
10 <火> 白身魚の香草パン粉焼き	481 kcal
11 <水> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
12 <木> だし巻玉子	520 kcal
13 <金> 豚の生姜焼き	498 kcal
14 <土> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
15 <日>	
16 <月> 白身魚のピカタ	519 kcal

17 <火> ヘルシー酢豚風	481 kcal
18 <水> グリルチキン	513 kcal
19 <木> 鮭のパン粉焼き カレー風味	499 kcal
20 <金> 豚の生姜焼き	498 kcal
21 <土> 鰯の照り焼き	482 kcal
22 <日>	
23 <月> (祝) だし巻玉子	520 kcal
24 <火> 鰯の柚子胡椒味噌焼き	516 kcal
25 <水> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
26 <木> ヘルシー酢豚風	481 kcal
27 <金> 白身魚の香草パン粉焼き	481 kcal
28 <土> グリルチキン	513 kcal
29 <日>	
30 <月> 鶏のチンジャオロース	511 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。※7月1日~レジ袋が有料になりました。

梅本さんちの台所 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