

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 <月> ヒレカツの卵とじ
2 <火> サーモンレモン焼き
3 <水> 煮込みハンバーグ (デミソース)
4 <木> 海老カツとクリームコロッケ
5 <金> 赤魚若狭焼き
6 <土> ササミチーズカツ
7 <日>
8 <月> 豚肉のチンジャオロース
9 <火> 海老チリソース炒め
10 <水> 白身フライと海老フライ
11 <木> サーモンのタルタルチーズ焼き
12 <金> 酢豚
13 <土> 鰯の照り焼き
14 <日>
15 <月> 鶏団子甘酢あんかけ
16 <火> 煮込みハンバーグ (トマトソース)

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

日替り弁当 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。※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。

梅木さんちの台所 お弁当ご予約専用電話

☎072-341-0008 ご注意は前日までに
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
- ・榑屋町東1~4丁

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 <月> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
2 <火> グリルチキン	513 kcal
3 <水> 鰯の照り焼き	482 kcal
4 <木> 鶏のチンジャオロース	511 kcal
5 <金> ヘルシー酢豚風	481 kcal
6 <土> 白身魚の香草パン粉焼き	481 kcal
7 <日>	
8 <月> だし巻玉子	520 kcal
9 <火> 白身魚のピカタ	519 kcal
10 <水> 鶏のチリソース	508 kcal
11 <木> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
12 <金> 鮭のパン粉焼き カレー風味	499 kcal
13 <土> 豚の生姜焼き	498 kcal
14 <日>	
15 <月> 鰯の照り焼き	482 kcal
16 <火> 鶏のチリソース	508 kcal

17 <水> 白身魚の香草パン粉焼き	481 kcal
18 <木> グリルチキン	513 kcal
19 <金> 鯖の柚子胡椒味噌焼き	516 kcal
20 <土> (祝) 鶏のチンジャオロース	511 kcal
21 <日>	
22 <月> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き	492 kcal
23 <火> 鶏のチリソース	508 kcal
24 <水> 鮭のパン粉焼き カレー風味	499 kcal
25 <木> だし巻玉子	520 kcal
26 <金> 豚の生姜焼き	498 kcal
27 <土> 豆腐ハンバーグ	492 kcal
28 <日>	
29 <月> 白身魚の香草パン粉焼き	481 kcal
30 <火> ヘルシー酢豚風	481 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。※7月1日～レジ袋が有料になりました。

梅木さんちの台所 お弁当ご予約専用電話

☎072-341-0008 ご注意は前日までに
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
- ・榑屋町東1~4丁