

9

月

自然食レストラン&amp;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

健効バランス弁当

日替わり

|                        |
|------------------------|
| 1 <水> 海老カツとクリームコロッケ    |
| 2 <木> 豚肉のチンジャオロース      |
| 3 <金> 赤魚若狭焼き           |
| 4 <土> 若鶏照焼き            |
| 5 <日>                  |
| 6 <月> ヒレカツの卵とじ         |
| 7 <火> チキン南蛮            |
| 8 <水> サーモンレモン焼き        |
| 9 <木> 白身フライと海老フライ      |
| 10 <金> 煮込みハンバーグ(デミソース) |
| 11 <土> 豚肉の生姜焼き         |
| 12 <日>                 |
| 13 <月> 酢豚              |
| 14 <火> 鶏チリソース炒め        |
| 15 <水> サーモンのタルタルチーズ焼き  |
| 16 <木> クリームコロッケと海老フライ  |

|                             |
|-----------------------------|
| 17 <金> 鶏団子甘酢あんかけ            |
| 18 <土> 回鍋肉                  |
| 19 <日>                      |
| 20 <月> (祝) 煮込みハンバーグ(トマトソース) |
| 21 <火> 海老カツとクリームコロッケ        |
| 22 <水> 豚肉のチンジャオロース          |
| 23 <木> (祝) サーモンレモン焼き        |
| 24 <金> ヒレカツの卵とじ             |
| 25 <土> 鶏チリソース炒め             |
| 26 <日>                      |
| 27 <月> 酢豚                   |
| 28 <火> 豚肉の生姜焼き              |
| 29 <水> 赤魚若狭焼き               |
| 30 <木> クリームコロッケと海老フライ       |

日替わり弁当 600円(税込648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。\*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
- ・榎屋町東1~4丁

9

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

|                       |          |
|-----------------------|----------|
| 17 <金> 鮭のパン粉焼き カレー風味  | 499 kcal |
| 18 <土> だし巻玉子          | 520 kcal |
| 19 <日>                |          |
| 20 <月> (祝) 鯖の柚子胡椒味噌焼き | 516 kcal |
| 21 <火> 鶏のチリソース        | 508 kcal |
| 22 <水> 白身魚の香草パン粉焼き    | 481 kcal |
| 23 <木> (祝) 鶏のチンジャオロース | 511 kcal |
| 24 <金> 豚の生姜焼き         | 498 kcal |
| 25 <土> 鱈の照り焼き         | 482 kcal |
| 26 <日>                |          |
| 27 <月> 鮭のパン粉焼き カレー風味  | 499 kcal |
| 28 <火> だし巻玉子          | 520 kcal |
| 29 <水> グリルチキン         | 513 kcal |
| 30 <木> 豚とごろっと野菜の塩麴焼き  | 492 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。\*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
- ・榎屋町東1~4丁