

# 11月日替わりメニュー

管理栄養士が考えた



マークは写真で紹介しているメニューです。

月

火

水

木

金

4	5 ★さかなの日	6 ★Premium 浅草西の市 にちなん	7 立冬	8 混ぜご飯
<b>店休日</b>				
左: 豚唐揚げと彩り野菜の和風おかか炒め 鰯たらの塩レモンソース ちくわ巻き揚げ カニカマと白菜漬の和え物 チリポテトサラダ 右: 鮎味熟成 若鶏の塩麹焼き 右: イタリア産マロン使用のマロンケーキ	左: 牛カツ・すき焼き風野菜ダレ 左: 合鴨と豆腐麺で和風焼きそば~山椒風味~ 汁入りこだわり~焼き~明太マヨ 金運UP! 麦味噌大根のパリパリサラダ 秋の味覚! 粟のロールケーキ 右: 黒鶴ローストポークトリュフソース 右: 鮎刺身(ほもしんじょ)~和風梅あんかけ	左: 冬野菜キャベツのまるっとメンチカツ はぐし鶏と大根の参鶏湯(サムゲタン)風 豆乳と野菜のふわふわ煮真(じんじょ) 鮭入り! 里芋じゅうがいの和風マッシュ ブロッコリーの柚子胡椒マヨサラダ 右: 有頭海老フレーイ ~粒マスター入りソース~	左: 粗挽き肉ハンバーグ・デミマスタードソース お楽しみの1品 花がんもの煮物 茎わかめと春雨のピリ辛中華和え ごぼうとこんにゃくの梅味噌サラダ 右: 幻の少部位ねねと唐揚げ~青葉と湯葉の梅味噌和え/ソナカレー混ぜご飯	
+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当
11 ★リコピン	12 ★Special	13	14 タルタルソースの日	15 混ぜご飯
左: 牛肉のトマトすき煮 津軽名物! いかめんち(イカメンチカツ) 新鮮野菜と豆腐のちぎり揚げ 切干大根煮 マカロニサラダ 右: 店主厳選 こだわりの逸品 ※写真は実際のメニューと異なる場合があります。	左: 賀茂唐揚~4種海鮮お出汁~ 左: ひき肉たっぷり春雨のオイスター炒め 銚子名物カレーボール~おでん風 白菜漬の青じそ和え 彩り豆入り! さつま芋とばかりのマッシュ 右: 海老のチリソース煮 右: アップル&ピーチケーキ	左: 海老カツ・BBQソース 7品目具材入り! 鶏肉入り豆腐ハンバーグ 竹の子とチキンの生姜炒め おまかせの副菜 紅芯大根とカリフラワーのオニオンドレッシング 右: 肉汁の旨み溢れる絶品小籠包 右: イカとわかめの麻辣中華冷や	左: 鶏竜田・広島菜のしば漬風タルタル イカとオクラの落とし揚げ・お出汁あん 大豆のベロシーノ風 わかめとネギのサク薩油ナムル Wコーンのスニックサラダ 右: 仙台名物 牛タンのネギボン酢ジュレがけ だししゃぶ肉と坦々の隠岐うどん~ご飯なし	左: 牛すじ入りユッケジャン風スープ煮 ごま油香る! 塩じゃがコロッケ 黒胡椒香る! ハムステーキ ひじき煮 などのピリ辛中華サラダ 右: ぬめりクリークカットライトイタッペリニ 右: 焼きさばの梅ごまさっぽりご飯
+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当
18	19 大分県	20	21	22 ★和食の日にちなん
左: ごろっと鶏肉のネギ塩野菜炒め 磯の香がかる裏切らない旨さ白身魚フライ 野菜たっぷり揚げ餃子 かぶときゅうりの梅和え ホテトサラダ 右: 黒毛和牛のすき焼き	左: 大分風とり天・胡麻マヨソース 香ばし醤油の焼きもろこし天・そぼろあん 刻み昆布と小松菜の柚子胡椒和え 切干大根煮 山芋のポン酢ジュレサラダ 右: 鮎たのアッパツア	左: ビーフ入りハンバーグ・和風オニオン 洋風春巻き! マルゲリータピザロール 彩り野菜のチャップチ ヅナとブロッコリーのコンソメ煮 店主おすすめの品 右: 有頭大海老フライ~特製オーロラタルタル添え~ 右: パン粉バターライス	左: 豚肉とごろごろ野菜のカレー煮込み お楽しみの揚げ物 タコ入り! 海鮮チヂミ カラフルお豆の白和え れんこんときゅうりの黒胡麻サラダ 右: 海老ときのこのアヒージョ風 右: 明太子カッペリーニ	左: 鶏竜田・もろみネギダレ 左: 豆(あいの)のさっぱりみぞれ煮風 青じそ香るひとくちづくね 白菜漬のゆず和え 和菓子屋さんのごく団子~粒あん~ 右: 牛ハラミの生姜焼き
+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当
25	26 混ぜご飯	27 ★Special	28 混ぜご飯	29 名古屋めしフェア
左: ごろっとチキンときのこの豆乳クリーム チリソースで味わう海老イカ海鮮メンチ 高野豆腐とそぼろの煮物 小松菜とバジリのバター醤油炒め ハジマカロニサラダ 右: 店主厳選 こだわりの逸品 ※写真は実際のメニューと異なる場合があります。	左: とろりエッグハンバーグ・照焼きソース 白身魚フライ+5種果汁大根おろし きんぴら根 おまかせの副菜 ブロッコリーと人参の3種チーズシーザーサラダ 右: 鳥取県境港産紅ズワイ蟹クリームコロッケ	左: 鳥取県境港産紅ズワイ蟹クリームコロッケ 左: 合鴨とニヨッキの瀬戸内塩レモンダレ キャベツの甘り天 しただけの辛炒め きゅうりの生姜昆布サラダ 右: 黒毛和牛薄切り肉の おろしステーキ風	左: 中華風豚チリ炒め~玉子野菜入り~ アブラカダイ・きのこのもろみ醤油ダレ おかととうはん草の梅和え ひじき煮 店主おすすめの品 右: 仙台名物 牛タンのネギ味噌炒め 山芋添え 右: カラフル混ぜ寿司 穴子のせ	左: 名古屋めし チキンカツで味噌カツ風 左: 豆腐麺で! 名古屋発祥 台湾混ぜそば風 喫茶店のあんかけスープ(バッティ風) などと青じその和え物 金色のさつまいもサラダ~マスタード風味~ 右: 桜雪もち豚のハンバーグ お出汁鍋
+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当	+ 豊沢弁当



## 和食の日にちなん

11月24日は、「いにしへんしょく」の語呂合わせで「和食の日」。メインは、日本の食文化である「しょうゆ」を用いた料理を受けた鶏竜田。サブメインは、和食の定番・鶏を大根おろしソースでみぞれ煮風にして。前菜は、青じそ風味のつくねと、ゆず風味の白菜煮で、どちらも香りの良さが極点メニュー。デザートは、和菓子屋さんが作った粒あん入りの「団子」。

\*写真はイメージです。 当店のお弁当はアレルギーに対し特別な配慮はしておりません。ご了承ください。 \*仕入れの状況により、予告なく内容を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

\*混ぜご飯の日は、「ご飯の変更はできません。」\*混ぜご飯の日は、「ご飯は付ません。」

ひき肉たっぷり春雨のオイスター炒め

お肉とオイスターの旨味をぎゅっと閉じ込めた春

丼は、そのままでも、ご飯と一緒に、箸が止まりません!

賀茂唐揚~4種海鮮お出汁~

ホタテ・マグロ・昆布・カツオ、4種の賀茂な

お出汁で味付けをした海鮮唐揚げをご用意。うま味の相

乗効果で満足度も。

合鴨とニヨッキの瀬戸内塩レモンダレ

低糖質なカリフラワーニヨッキと、鶏肉よりも低カロリー

な合鴨を使用した、高たんぱく・ヘルシーな1品。瀬

戸内レモンを使用した塩レモンダレでアレンジしました。

鳥取県境港産の紅ズワイ蟹を使ったクリームコロッ

ケは、はぐし身と濃厚クリームで豪華に仕上げました。

鳥取県境港産の紅ズワイ蟹を使ったクリームコロッ

ケは、はぐし身と濃厚クリームで豪華に仕上げました。

グレメ次郎販売して知られる名古屋の名物料理を集めました♪

豆腐麺で! 名古屋発祥 台湾混ぜそば風

喫茶店のあんかけスープ(バッティ風)

などと青じその和え物

金色のさつまいもサラダ~マスタード風味~

名古屋めし チキンカツで味噌カツ風

串カツをてぐ (もつ)味噌煮込みに浸して食べたことで

生まれたという説など、起源は謎ある味噌カツをチキンで。

毎月23~27日は、水産庁が定める「和食の日」です。消費拡大に向けて取り組みとして、II/5は水産物を豊富に使用しています。

おいしさを楽しむ簡単な裏技

「和食の日」