

---

ランチメニュー

# LUNCH MENU

---

いらっしゃいませ。  
ごゆっくりお過ごしください。





# 定食

定食は**ごはん**と**汁物**をお選びください。

※単品には、ごはん・汁物が付きません。 ※定食の栄養価の値は、白米・味噌汁で計算しています。

定食は**ごはん**と**汁物**をお選びください。

Step1 **主食**をお選びください。



白米 または もちごはん または プチパン

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
白米	302kcal	4.5g	0.5g	66.8g	0.0g
もちごはん	281kcal	5.0g	0.7g	61.3g	0.0g
プチパン	302kcal	4.5g	0.5g	66.8g	0.0g

Step2 **汁物**をお選びください。



味噌汁 または コンスープ

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
味噌汁	23kcal	1.4g	0.5g	3.4g	1.5g
コンスープ	81kcal	1.5g	3.0g	12.4g	1.0g

## 鶏唐揚げ

定食 980円(税込)

単品 830円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
定食	894kcal	41.4g	37.8g	90.1g	3.6g
単品	569kcal	35.5g	36.8g	19.9g	2.1g



## 生姜焼き

定食 980円(税込)

単品 830円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
定食	757kcal	22.1g	26.6g	87.2g	4.7g
単品	432kcal	16.2g	25.6g	17.0g	3.2g



## ロースとんかつ(とんかつソース)

定食 1,200円(税込)

単品 1,050円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
定食	1103kcal	30.9g	62.7g	101.7g	4.3g
単品	778kcal	25.0g	61.7g	31.5g	2.8g



## おろしとんかつ(ポン酢ソース)

定食 1,280円(税込)

単品 1,130円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
定食	1085kcal	31.5g	62.0g	98.4g	4.2g
単品	760kcal	25.6g	61.0g	28.2g	2.7g



## チキン南蛮(タルタルソース)

定食 980円(税込)

単品 830円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
定食	738kcal	45.4g	23.1g	81.4g	2.9g
単品	413kcal	39.5g	22.1g	11.2g	1.4g



# カレー

※カレーライス・ロースカツカレーの大盛は、+150円にて承ります。

## ぴなご特製カレーライス

ミニサラダ付 980円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	701kcal	14.5g	27.1g	100.0g	3.5g



## ロースカツカレー

ミニサラダ付 1,320円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	1302kcal	32.9g	76.1g	117.5g	3.9g



## 焼きカレーぴなご風

1,100円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	765kcal	25.4g	41.1g	71.5g	3.9g





# 定食

定食は**ごはん**と**汁物**をお選びください。

※単品には、ごはん・汁物が付きません。 ※定食の栄養価の値は、白米・味噌汁で計算しています。



## 海老フライと カニクリームコロッケ (タルタルソース付)

定食 1,680円(税込)

単品 1,530円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
定食	1053kcal	22.4g	59.2g	105.0g	3.2g
単品	728kcal	16.5g	58.2g	34.8g	1.7g

## 和風おろしハンバーグ(ミニサラダ付)

定食 1,280円(税込)

単品 1,130円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
定食	752kcal	25.6g	23.8g	106.9g	4.8g
単品	427kcal	19.7g	22.8g	36.7g	3.3g



## 煮込みハンバーグ(ミニサラダ付)

定食 1,280円(税込)

単品 1,130円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
定食	950kcal	34.4g	39.0g	113.3g	5.3g
単品	625kcal	28.5g	38.0g	43.1g	3.8g

# 洋食

※パスタの大盛は +200円にて承ります。

## 季節のペペロンチーノ

ミニサラダ付 1,130円(税込)

単品 980円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
サラダ付	588kcal	22.6g	18.5g	83.6g	3.0g
単品	531kcal	21.5g	15.3g	77.1g	2.4g

## ぴなこ風ナポリタン

ミニサラダ付 1,130円(税込)

単品 980円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
サラダ付	778kcal	23.1g	30.4g	104.5g	5.1g
単品	721kcal	22.0g	27.2g	98.0g	4.5g

## デミオムライス

950円(税込)

	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	867kcal	32.3g	38.9g	87.8g	5.2g



※アレルギー表を用意しております。必要な方は従業員までお声がけください。



# 和食



## 天丼 (味噌汁・漬物付)

1,100円(税込)

熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
835kcal	24.6g	26.1g	118.7g	3.6g

・えび2尾  
・いかす  
・なす  
・南瓜  
・つまいも  
・しそ

## かつ丼 (味噌汁・漬物付)

1,150円(税込)

熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
1292kcal	44.7g	73.3g	107.4g	5.0g



## 鯛だしつゆの玉子雑炊

650円(税込)

熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
322kcal	9.1g	3.4g	60.9g	5.7g

## 一緒にいかがですか？

### シーザーサラダ

450円(税込)

熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
158kcal	4.0g	9.8g	14.5g	1.9g



### ミニサラダ 180円(税込)

熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
57kcal	1.1g	3.2g	6.5g	0.6g

### 天むす

380円(税込)

熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
264kcal	10.2g	3.8g	44.8g	1.0g



### 天ぷらの盛合せ

650円(税込)

熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
380kcal	11.7g	21.6g	34.5g	1.8g

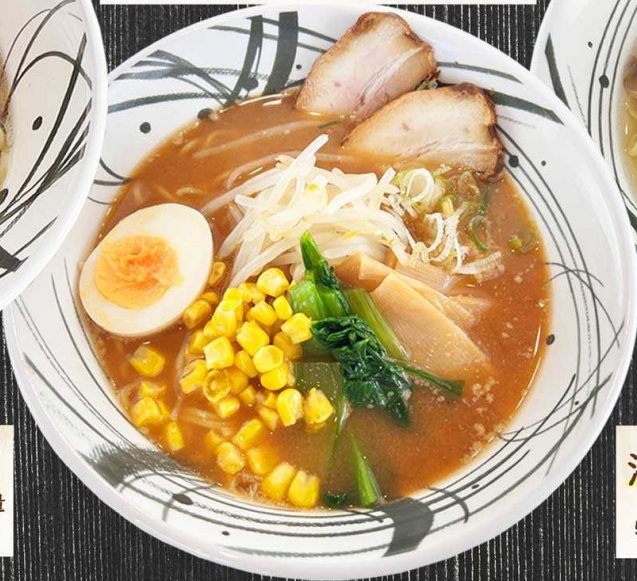




ラーメン 大盛は+200円にて承ります。



**味噌ラーメン 900円(税込)**  
 熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
 705kcal 30.9g 31.4g 72.6g 9.0g



**海鮮野菜タンメン 1000円(税込)**  
 熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
 520kcal 24.0g 15.4g 72.6g 7.0g

**ラーメン 850円(税込)**  
 熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
 640kcal 25.4g 30.4g 63.5g 7.8g

そば またはうどん

大盛は+200円にて承ります。



**温 天ぷらそば・うどん 900円(税込)**  
 ※写真はそばです  
 熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
 そば 383kcal 18.3g 5.0g 66.3g 7.1g  
 うどん 401kcal 1.6.0g 4.4g 71.5g 7.6g



ざるそば



かけそば



山菜おろしそば



たぬきそば



**冷 天ざるそば・うどん 1050円(税込)**  
 ※写真はそばです  
 熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
 そば 642kcal 21.5g 23.3g 87.0g 3.8g  
 うどん 661kcal 19.2g 22.7g 92.2g 4.3g

冷	ざるそば・うどん	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	520円(税込)	そば 274kcal	10.3g	1.7g	55.1g	3.3g
		うどん 293kcal	8.0g	1.1g	60.3g	3.8g
温	かけそば・うどん	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	520円(税込)	そば 309kcal	12.0g	1.6g	62.1g	6.9g
		うどん 328kcal	9.7g	1.0g	67.3g	7.4g
温	山菜おろし	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	そば・うどん 800円(税込)	そば 326kcal	12.8g	1.7g	65.5g	6.9g
		うどん 344kcal	10.5g	1.1g	70.7g	7.4g
温	たぬきそば・うどん	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	600円(税込)	そば 496kcal	13.0g	17.3g	72.6g	7.1g
		うどん 515kcal	10.7g	16.7g	77.8g	7.6g
温	ミニそば・うどん	熱量	たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量
	350円(税込)	そば 158kcal	6.2g	0.8g	31.7g	3.5g
		うどん 167kcal	5.1g	0.5g	34.3g	3.7g

※アレルギー表をご用意しております。必要な方は、従業員までお声がけください。



# スイーツ

## 釜焼きスフレパンケーキ

650円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
391kcal 6.0g 16.2g 56.5g 0.7g



## チョコレートパフェ

680円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
418kcal 4.4g 23.9g 47.4g 0.2g



## 白玉クリームあんみつ

750円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
419kcal 4.6g 6.5g 87.3g 0.1g



白玉と  
クリームの  
両方が  
楽しめます。



500円(税込)

## コーヒーゼリーパフェ

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
201kcal 3.4g 14.3g 14.5g 0.1g

## コーラフロート

450円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
213kcal 2.3g 9.2g 30.1g 0.1g

## 白玉あんみつ

650円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
325kcal 3.1g 0.3g 79.1g 0.0g

## バニラアイス

320円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
147kcal 2.3g 9.3g 13.5g 0.1g

## コーヒーフロート

450円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
151kcal 2.6g 9.5g 13.5g 0.1g

## クリームあんみつ

700円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
373kcal 3.7g 6.4g 76.8g 0.1g

## ぜんざい

400円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
168kcal 2.9g 0.2g 39.5g 1.0g

## ドリンクバーのみ 350円(税込)

お食事といっしょでオトク!

## セットドリンクバー 250円(税込)

小学生以下のお子様限定

## お子さまドリンクバー 120円(税込)



- 冷・ジュース各種
- 温冷・コーヒー
- 温冷・カフェラテ
- 温冷・カフェモカ
- 冷・アイスティー
- 温冷・ココア

# ドリンク

## 紅茶

230円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
0kcal 0.0g 0.0g 0.0g 0.0g

## 抹茶

100円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
5kcal 0.5g 0.1g 0.6g 0.0g

## ミルク

300円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
107kcal 5.3g 6.1g 7.7g 0.2g

## ノンアルコールビール

380円(税込)

熱量 たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量  
0kcal 0.0g 0.0g 4.7g 0.1g

※アレルギー表を用意しております。必要な方は、従業員までお声がけください。