

4月

B

Lunch Menu

ご飯普通盛セット ▶ ¥600 (税込価格)

ご飯小盛セット ▶ ¥580 (税込価格)

※おかずのみ、ご飯のみご注文も承ります。

ご注文は
コチラ

TEL 03-5606-3411(代)

03-5606-3421・03-5606-3891

FAX 03-5606-3425

※土・日・祝日はお休みです。



西原屋

月 (MON.)

火 (TUE.)

水 (WED.)

木 (THU.)

金 (FRI.)

1日 特選銀鮭塩焼き

ほうれん草とツナサラダ・その他



295kcal 食塩相当量 2.9g

2日 大海老天ぷら

鶏つくね炭火焼風
ひじき煮・その他



252kcal 食塩相当量 2.4g

3日 牛すき焼き風煮

カレイみりん焼き・その他



272kcal 食塩相当量 2.4g

4日 赤魚レモンマリネ風

(マスタードソース)

インゲンとシイタケソテー・その他



269kcal 食塩相当量 1.9g

5日 ノンメタポーク豚丼風

鱈の塩こうじ焼き

茄子と挽肉の生姜炒め・その他



253kcal 食塩相当量 2.9g

8日 銀鱈照り煮

イカ紅揚げ
根菜そぼろ煮・その他



311kcal 食塩相当量 2.6g

9日 トロニシン塩焼き

イカみりん焼き

和風肉豆腐・その他



293kcal 食塩相当量 2.8g

10日 あんこう唐揚げ

豆腐ハンバーグ(おろしポン酢ソース)

鶏とごぼうの甘辛煮・その他



218kcal 食塩相当量 2.6g

11日 メカジキ西京焼き

鶏天
茹で野菜サラダ・その他



287kcal 食塩相当量 2.2g

12日 鰯ホッケみりん焼き

竹輪天ぷら
豚キムチ炒め・その他



262kcal 食塩相当量 2.4g

15日 若鶏ささみのはちみつ味噌焼き

野菜とひじきの豆腐焼き

シーフード野菜炒め・その他



225kcal 食塩相当量 2.8g

16日 黒ムツ幽庵焼き

イカ磯辺揚げ

切り干し大根サラダ・その他



334kcal 食塩相当量 2.9g

17日 サバのカレーパン粉焼き

(トマトソース)

ナムル・その他



349kcal 食塩相当量 2.8g

18日 ノンメタポークフランク

白身魚ソテー&イカ唐揚げ

海老とブロッコリーのペッパー炒め・その他



336kcal 食塩相当量 2.9g

19日 菜彩鶏七味照り焼き

キス天ぷら

シーフード中華煮・その他



204kcal 食塩相当量 2.4g

22日 特選銀鮭西京焼き

鶏と豆腐のチゲ風・その他



288kcal 食塩相当量 2.8g

23日 銀鱈照り焼き

海老天ぷら

さつま揚げとキャベツの炒め・その他



305kcal 食塩相当量 2.6g

24日 オーシャンキング天ぷら

菜彩鶏香味紫蘇焼き

ごぼうとこんにゃくの甘辛煮・その他



292kcal 食塩相当量 2.1g

25日 サワラゆずみそ焼き

厚焼き玉子

もやしと小松菜のピリ辛炒め・その他



302kcal 食塩相当量 2.4g

26日 プリの梅照り焼き

豆腐しんじょう天

肉野菜炒め・その他



316kcal 食塩相当量 2.4g

29日

昭和の日



30日 紅鮭塩焼き

豚肉と茄子のみそ炒め・その他



284kcal 食塩相当量 2.9g

スマートミール基準「ちゃんと」の対応商品は **ご飯小盛セット!!** 詳しくはコチラ!



健康に資する要素を含む栄養バランスのとれた食事の通称です。「健康な食事・食環境」コンソーシアムが厳しい基準を審査・認証し、許可した店舗や事業所でスマートミールとして商品を提供することができます。



※スマートミールだけで、健康になったり、生活習慣病が予防できるわけではありません。健康づくりにはスマートミールのような栄養バランスのとれた食事を継続的に食べ、積極的に身体を動かし、禁煙・節酒を心がけるなど、適正な生活習慣が重要です。現在治療を受けておられる方は主治医にご相談の上、スマートミールをご利用ください。

西原屋ではノンメタポークを使用しています。



詳しくはコチラ!



※Bランチ容器は、長めに加熱すると変形する場合がございますのでご注意ください。

当店で使用のお米はすべて国産米です。

●食数の変更は当日9時20分まで、お休みの時は前日までにお知らせください。
●仕入れの都合により内容を変更させていただく場合がございます。アレルギーが多少前後する場合がございますがご了承ください。
●食品衛生法に基づき、14時までにお召し上がりください。
●販売のカロリー表示には、このメニューには含まれておりません。ご購入のエネルギーは約359kcal(小盛は約281kcal)です。
●お気づきの点がございましたら、些細なことでも是非お知らせください。
●写真の順番につきましては、一部イメージによる場合がございます。
●当店でアレルギー物質を含む食品と表示しない食品の分離調理メニューはアレルギー物質の表示はございません。
●食品アレルギー等に関するお問い合わせは、お問い合わせください。