

YEBISU GARDEN CAFE 【 WEEKLY MENU 】 営業時間 11:30～13:45 (DELIのみ ～14:15)

10月12日 (月)						10月13日 (火)						10月14日 (水)						10月15日 (木)						10月16日 (金)							
エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格	エネルギー	タンパク質	脂質	炭水化物	塩分	価格		
LIVE MAIN VARIETY						やみつき旨辛味噌クッパ						ほうれん草の グリーンクリームパスタ						LEOCオリジナル こだわりの生姜焼き						麦富士豚使用 鉄板焼肉炒め							
						373 13.5 17.7 37.8 5.1 ¥850						577 21.4 19.1 81.9 3.1 ¥780						403 22.5 24.1 19.0 3.0 ¥800						400 21.5 28.5 12.9 2.6 ¥780							
						秋の三種盛りフライ (さんま・ごまおさつ・メンチ)						鯖の塩焼き						メバルの竜田揚げ ブラックペッパーソース						クリエイティブブリュール「麦紡ぐ」使用 麦紡ぐ ～グリルチキンと大麦リゾット～							
						197 5.8 5.7 29.7 1.4 ¥780						467 24.3 37.6 2.5 1.4 ¥750						336 20.4 16.2 26.5 2.3 ¥780						394 28.7 23.8 13.9 2.7 ¥800							
						ごま香るよだれ鶏						秋の味覚フェア 豚肉と揚げ茄子の こっ照り旨味丼						サステナブルメニュー ガバオライスNeo						揚げぶりと根菜の柚子餡							
						329 25.1 13.3 23.4 2.9 ¥780						458 14.4 20.8 49.7 2.0 ¥850						343 20.0 19.7 13.1 3.5 ¥850						428 19.4 24.8 14.1 3.3 ¥780							
						かけ・ざる和麺 / うどん・そば ¥480																									
						完全メシ食堂 完全メシ 台湾カレーまぜそば						茨城県ご当地グルメ 茨城ご当地グルメ スタミナラーメン						札幌味噌ラーメン						魚介醤油つけ麺							
						596 26.7 15.5 92.3 2.8 ¥850						612 19.7 14.6 95.6 8.9 ¥820						687 22.0 29.6 86.9 7.9 ¥800						619 26.7 20.4 81.0 7.1 ¥850							
						天ぷら 各種¥120～ / いなり¥160 / おにぎり¥140～																									
単品小鉢 ¥80～ / 本日のサラダ																															
ごはん(白米・健康米) 普通¥130 大盛¥180																															
味噌汁 ¥60																															
洋食 DELI						和惣菜 DELI						世界の料理 DELI						中華 DELI													
トマトと茄子のマリネ						小松菜と竹輪の煮浸し						【ギリシャ】クリーミータラモサラダ						彩り野菜の棒棒鶏													
ブロッコリーと海老の卵サラダ						白菜の柚子塩昆布和え						【タイ】ヤムウンセン						中華冷奴													
チキンカレー						牛ごぼうごはん						【インドネシア】ナシゴレン						黒炒飯													
ガーリックチキン						鶏唐と豆腐の揚げ出し						【韓国】チャブチェ						油淋鶏													
かぼちゃとベーコンのグラタン						鯖の塩焼き						【メキシコ】チキンのサルサランチェラ						イカとブロッコリーのチリソース炒め													
彩り野菜のホットサラダ						ほっこり肉じゃが						【イタリア】海老のカポナータ						茄子と野菜のピリ辛炒め													
トマトソースハンバーグ						鶏ムネ肉の梅しそ揚げ						【イギリス】シェパードパイ風						肉焼売													

10月12日 (月)

10月13日 (火)

10月14日 (水)

10月15日 (木)

10月16日 (金)

エネルギー

タンパク質

脂質

炭水化物

塩分

価格

やみつき旨辛味噌クッパ

ほうれん草の
グリーンクリームパスタ

LEOCオリジナル
こだわりの生姜焼き

麦富士豚使用
鉄板焼肉炒め

373 13.5 17.7 37.8 5.1 ¥850

577 21.4 19.1 81.9 3.1 ¥780

403 22.5 24.1 19.0 3.0 ¥800

400 21.5 28.5 12.9 2.6 ¥780

秋の三種盛りフライ
(さんま・ごまおさつ・メンチ)

鯖の塩焼き

メバルの竜田揚げ
ブラックペッパーソース

クリエイティブブリュール「麦紡ぐ」使用
麦紡ぐ
～グリルチキンと大麦リゾット～

197 5.8 5.7 29.7 1.4 ¥780

467 24.3 37.6 2.5 1.4 ¥750

336 20.4 16.2 26.5 2.3 ¥780

394 28.7 23.8 13.9 2.7 ¥800

ごま香るよだれ鶏

秋の味覚フェア
豚肉と揚げ茄子の
こっ照り旨味丼

サステナブルメニュー
ガバオライスNeo

揚げぶりと根菜の柚子餡

329 25.1 13.3 23.4 2.9 ¥780

458 14.4 20.8 49.7 2.0 ¥850

343 20.0 19.7 13.1 3.5 ¥850

428 19.4 24.8 14.1 3.3 ¥780

かけ・ざる和麺 / うどん・そば ¥480

完全メシ食堂
完全メシ
台湾カレーまぜそば

茨城県ご当地グルメ
茨城ご当地グルメ
スタミナラーメン

札幌味噌ラーメン

魚介醤油つけ麺

596 26.7 15.5 92.3 2.8 ¥850

612 19.7 14.6 95.6 8.9 ¥820

687 22.0 29.6 86.9 7.9 ¥800

619 26.7 20.4 81.0 7.1 ¥850

天ぷら 各種¥120～ / いなり¥160 / おにぎり¥140～

単品小鉢 ¥80～ / 本日のサラダ

ごはん(白米・健康米) 普通¥130 大盛¥180

味噌汁 ¥60

洋食 DELI

和惣菜 DELI

世界の料理 DELI

中華 DELI

トマトと茄子のマリネ

小松菜と竹輪の煮浸し

【ギリシャ】クリーミータラモサラダ

彩り野菜の棒棒鶏

ブロッコリーと海老の卵サラダ

白菜の柚子塩昆布和え

【タイ】ヤムウンセン

中華冷奴

チキンカレー

牛ごぼうごはん

【インドネシア】ナシゴレン

黒炒飯

ガーリックチキン

鶏唐と豆腐の揚げ出し

【韓国】チャブチェ

油淋鶏

かぼちゃとベーコンのグラタン

鯖の塩焼き

【メキシコ】チキンのサルサランチェラ

イカとブロッコリーのチリソース炒め

彩り野菜のホットサラダ

ほっこり肉じゃが

【イタリア】海老のカポナータ

茄子と野菜のピリ辛炒め

トマトソースハンバーグ

鶏ムネ肉の梅しそ揚げ

【イギリス】シェパードパイ風

肉焼売

10月12日 (月)

10月13日 (火)

10月14日 (水)

10月15日 (木)

10月16日 (金)

エネルギー

タンパク質

脂質

炭水化物

塩分

価格

やみつき旨辛味噌クッパ

ほうれん草の
グリーンクリームパスタ

LEOCオリジナル
こだわりの生姜焼き

麦富士豚使用
鉄板焼肉炒め

373 13.5 17.7 37.8 5.1 ¥850

577 21.4 19.1 81.9 3.1 ¥780

403 22.5 24.1 19.0 3.0 ¥800

400 21.5 28.5 12.9 2.6 ¥780

秋の三種盛りフライ
(さんま・ごまおさつ・メンチ)

鯖の塩焼き

メバルの竜田揚げ
ブラックペッパーソース

クリエイティブブリュール「麦紡ぐ」使用
麦紡ぐ
～グリルチキンと大麦リゾット～

197 5.8 5.7 29.7 1.4 ¥780

467 24.3 37.6 2.5 1.4 ¥750

336 20.4 16.2 26.5 2.3 ¥780

394 28.7 23.8 13.9 2.7 ¥800

ごま香るよだれ鶏

秋の味覚フェア
豚肉と揚げ茄子の
こっ照り旨味丼

サステナブルメニュー
ガバオライスNeo

揚げぶりと根菜の柚子餡

329 25.1 13.3 23.4 2.9 ¥780

458 14.4 20.8 49.7 2.0 ¥850

343 20.0 19.7 13.1 3.5 ¥850

428 19.4 24.8 14.1 3.3 ¥780

かけ・ざる和麺 / うどん・そば ¥480

完全メシ食堂
完全メシ
台湾カレーまぜそば

茨城県ご当地グルメ
茨城ご当地グルメ
スタミナラーメン

札幌味噌ラーメン

魚介醤油つけ麺

596 26.7 15.5 92.3 2.8 ¥850

612 19.7 14.6 95.6 8.9 ¥820

687 22.0 29.6 86.9 7.9 ¥800

619 26.7 20.4 81.0 7.1 ¥850

天ぷら 各種¥120～ / いなり¥160 / おにぎり¥140～

単品小鉢 ¥80～ / 本日のサラダ

ごはん(白米・健康米) 普通¥130 大盛¥180

味噌汁 ¥60

洋食 DELI

和惣菜 DELI

世界の料理 DELI

中華 DELI

トマトと茄子のマリネ

小松菜と竹輪の煮浸し

【ギリシャ】クリーミータラモサラダ

彩り野菜の棒棒鶏

ブロッコリーと海老の卵サラダ

白菜の柚子塩昆布和え

【タイ】ヤムウンセン

中華冷奴

チキンカレー

牛ごぼうごはん

【インドネシア】ナシゴレン

黒炒飯

ガーリックチキン

鶏唐と豆腐の揚げ出し

【韓国】チャブチェ

油淋鶏

かぼちゃとベーコンのグラタン

鯖の塩焼き

【メキシコ】チキンのサルサランチェラ

イカとブロッコリーのチリソース炒め

彩り野菜のホットサラダ

ほっこり肉じゃが

【イタリア】海老のカポナータ

茄子と野菜のピリ辛炒め

トマトソースハンバーグ

鶏ムネ肉の梅しそ揚げ

【イギリス】シェパードパイ風

肉焼売

10月12日 (月)

10月13日 (火)

10月14日 (水)

10月15日 (木)

10月16日 (金)

エネルギー

タンパク質

脂質

炭水化物

塩分

価格

やみつき旨辛味噌クッパ

ほうれん草の
グリーンクリームパスタ

LEOCオリジナル
こだわりの生姜焼き

麦富士豚使用
鉄板焼肉炒め

373 13.5 17.7 37.8 5.1 ¥850

577 21.4 19.1 81.9 3.1 ¥780

403 22.5 24.1 19.0 3.0 ¥800

400 21.5 28.5 12.9 2.6 ¥780

秋の三種盛りフライ
(さんま・ごまおさつ・メンチ)

鯖の塩焼き

メバルの竜田揚げ
ブラックペッパーソース

クリエイティブブリュール「麦紡ぐ」使用
麦紡ぐ
～グリルチキンと大麦リゾット～

197 5.8 5.7 29.7 1.4 ¥780

467 24.3 37.6 2.5 1.4 ¥750

336 20.4 16.2 26.5 2.3 ¥780

394 28.7 23.8 13.9 2.7 ¥800

ごま香るよだれ鶏

秋の味覚フェア
豚肉と揚げ茄子の
こっ照り旨味丼

サステナブルメニュー
ガバオライスNeo

揚げぶりと根菜の柚子餡

329 25.1 13.3 23.4 2.9 ¥780

458 14.4 20.8 49.7 2.0 ¥850

343 20.0 19.7 13.1 3.5 ¥850

428 19.4 24.8 14.1 3.3 ¥780

かけ・ざる和麺 / うどん・そば ¥480

完全メシ食堂
完全メシ
台湾カレーまぜそば

茨城県ご当地グルメ
茨城ご当地グルメ
スタミナラーメン

札幌味噌ラーメン

魚介醤油つけ麺

596 26.7 15.5 92.3 2.8 ¥850

612 19.7 14.6 95.6 8.9 ¥820

687 22.0 29.6 86.9 7.9 ¥800

619 26.7 20.4 81.0 7.1 ¥850

天ぷら 各種¥120～ / いなり¥160 / おにぎり¥140～

単品小鉢 ¥80～ / 本日のサラダ

ごはん(白米・健康米) 普通¥130 大盛¥180

味噌汁 ¥60

洋食 DELI

和惣菜 DELI

世界の料理 DELI

中華 DELI

トマトと茄子のマリネ

小松菜と竹輪の煮浸し

【ギリシャ】クリーミータラモサラダ

彩り野菜の棒棒鶏

ブロッコリーと海老の卵サラダ

白菜の柚子塩昆布和え

【タイ】ヤムウンセン

中華冷奴

チキンカレー

牛ごぼうごはん

【インドネシア】ナシゴレン

黒炒飯

ガーリックチキン

鶏唐と豆腐の揚げ出し

【韓国】チャブチェ

油淋鶏

かぼちゃとベーコンのグラタン

鯖の塩焼き

【メキシコ】チキンのサルサランチェラ

イカとブロッコリーのチリソース炒め

彩り野菜のホットサラダ

ほっこり肉じゃが

【イタリア】海老のカポナータ

茄子と野菜のピリ辛炒め

トマトソースハンバーグ

鶏ムネ肉の梅しそ揚げ

【イギリス】シェパードパイ風

肉焼売

10月12日 (月)

10月13日 (火)

10月14日 (水)

10月15日 (木)

10月16日 (金)

エネルギー

タンパク質

脂質

炭水化物

塩分

価格

やみつき旨辛味噌クッパ

ほうれん草の
グリーンクリームパスタ

LEOCオリジナル
こだわりの生姜焼き

麦富士豚使用
鉄板焼肉炒め

373 13.5 17.7 37.8 5.1 ¥850

577 21.4 19.1 81.9 3.1 ¥780

403 22.5 24.1 19.0 3.0 ¥800

400 21.5 28.5 12.9 2.6 ¥780

秋の三種盛りフライ
(さんま・ごまおさつ・メンチ)

鯖の塩焼き

メバルの竜田揚げ
ブラックペッパーソース

クリエイティブブリュール「麦紡ぐ」使用
麦紡ぐ
～グリルチキンと大麦リゾット～

197 5.8 5.7 29.7 1.4 ¥780

467 24.3 37.6 2.5 1.4 ¥750

336 20.4 16.2 26.5 2.3 ¥780

394 28.7 23.8 13.9 2.7 ¥800

ごま香るよだれ鶏

秋の味覚フェア
豚肉と揚げ茄子の
こっ照り旨味丼

サステナブルメニュー
ガバオライスNeo

揚げぶりと根菜の柚子餡

329 25.1 13.3 23.4 2.9 ¥780

458 14.4 20.8 49.7 2.0 ¥850

343 20.0 19.7 13.1 3.5 ¥850

428 19.4 24.8 14.1 3.3 ¥780

かけ・ざる和麺 / うどん・そば ¥480

完全メシ食堂
完全メシ
台湾カレーまぜそば

茨城県ご当地グルメ
茨城ご当地グルメ
スタミナラーメン

札幌味噌ラーメン

魚介醤油つけ麺

596 26.7 15.5 92.3 2.8 ¥850

612 19.7 14.6 95.6 8.9 ¥820

687 22.0 29.6 86.9 7.9 ¥800

619 26.7 20.4 81.0 7.1 ¥850

天ぷら 各種¥120～ / いなり¥160 / おにぎり¥140～

単品小鉢 ¥80～ / 本日のサラダ

ごはん(白米・健康米) 普通¥130 大盛¥180

味噌汁 ¥60

洋食 DELI

和惣菜 DELI

世界の料理 DELI

中華 DELI

トマトと茄子のマリネ

小松菜と竹輪の煮浸し

【ギリシャ】クリーミータラモサラダ

彩り野菜の棒棒鶏

ブロッコリーと海老の卵サラダ

白菜の柚子塩昆布和え

【タイ】ヤムウンセン

中華冷奴

チキンカレー

牛ごぼうごはん

【インドネシア】ナシゴレン

黒炒飯

ガーリックチキン

鶏唐と豆腐の揚げ出し

【韓国】チャブチェ

油淋鶏

かぼちゃとベーコンのグラタン

鯖の塩焼き

【メキシコ】チキンのサルサランチェラ

イカとブロッコリーのチリソース炒め

彩り野菜のホットサラダ

ほっこり肉じゃが

【イタリア】海老のカポナータ

茄子と野菜のピリ辛炒め

トマトソースハンバーグ

鶏ムネ肉の梅しそ揚げ

【イギリス】シェパードパイ風

肉焼売

10月12日 (月)

10月13日 (火)

10月14日 (水)

10月15日 (木)

10月16日 (金)

エネルギー

タンパク質

脂質

炭水化物

塩分

価格

やみつき旨辛味噌クッパ

ほうれん草の
グリーンクリームパスタ

LEOCオリジナル
こだわりの生姜焼き

麦富士豚使用
鉄板焼肉炒め

373 13.5 17.7 37.8 5.1 ¥850

577 21.4 19.1 81.9 3.1 ¥780

403 22.5 24.1 19.0 3.0 ¥800

400 21.5 28.5 12.9 2.6 ¥780

秋の三種盛りフライ
(さんま・ごまおさつ・メンチ)

鯖の塩焼き

メバルの竜田揚げ
ブラックペッパーソース

クリエイティブブリュール「麦紡ぐ」使用
麦紡ぐ
～グリルチキンと大麦リゾット～

197 5.8 5.7 29.7 1.4 ¥780

467 24.3 37.6 2.5 1.4 ¥750

336 20.4 16.2 26.5 2.3 ¥780

394 28.7 23.8 13.9 2.7 ¥800

ごま香るよだれ鶏

秋の味覚フェア
豚肉と揚げ茄子の
こっ照り旨味丼

サステナブルメニュー
ガバオライスNeo

揚げぶりと根菜の柚子餡

329 25.1 13.3 23.4 2.9 ¥780

458 14.4 20.8 49.7 2.0 ¥850

343 20.0 19.7 13.1 3.5 ¥850

428 19.4 24.8 14.1 3.3 ¥780

かけ・ざる和麺 / うどん・そば ¥480

完全メシ食堂
完全メシ
台湾カレーまぜそば

茨城県ご当地グルメ
茨城ご当地グルメ
スタミナラーメン

札幌味噌ラーメン

魚介醤油つけ麺

596 26.7 15.5 92.3 2.8 ¥850

612 19.7 14.6 95.6 8.9 ¥820

687 22.0 29.6 86.9 7.9 ¥800

619 26.7 20.4 81.0 7.1 ¥850

天ぷら 各種¥120～ / いなり¥160 / おにぎり¥140～

単品小鉢 ¥80～ / 本日のサラダ

ごはん(白米・健康米) 普通¥130 大盛¥180

味噌汁 ¥60

洋食 DELI

和惣菜 DELI

世界の料理 DELI

中華 DELI

トマトと茄子のマリネ

小松菜と竹輪の煮浸し

【ギリシャ】クリーミータラモサラダ

彩り野菜の棒棒鶏

ブロッコリーと海老の卵サラダ

白菜の柚子塩昆布和え

【タイ】ヤムウンセン

中華冷奴

チキンカレー

牛ごぼうごはん

【インドネシア】ナシゴレン

黒炒飯

ガーリックチキン

鶏唐と豆腐の揚げ出し

【韓国】チャブチェ

油淋鶏

かぼちゃとベーコンのグラタン

鯖の塩焼き

【メキシコ】チキンのサルサランチェラ

イカとブロッコリーのチリソース炒め

彩り野菜のホットサラダ

ほっこり肉じゃが

【イタリア】海老のカポナータ

茄子と野菜のピリ辛炒め

トマトソースハンバーグ

鶏ムネ肉の梅しそ揚げ

【イギリス】シェパードパイ風

肉焼売

10月12日 (月)

10月13日 (火)

10月14日 (水)

10月15日 (木)

10月16日 (金)

エネルギー

タンパク質

脂質

炭水化物

塩分

価格

やみつき旨辛味噌クッパ

ほうれん草の
グリーンクリームパスタ

LEOCオリジナル
こだわりの生姜焼き

麦富士豚使用
鉄板焼肉炒め

373 13.5 17.7 37.8 5.1 ¥850

577 21.4 19.1 81.9 3.1 ¥780

403 22.5 24.1 19.0 3.0 ¥800

400 21.5 28.5 12.9 2.6 ¥780

秋の三種盛りフライ
(さんま・ごまおさつ・メンチ)

鯖の塩焼き

メバルの竜田揚げ
ブラックペッパーソース

クリエイティブブリュール「麦紡ぐ」使用
麦紡ぐ
～グリルチキンと大麦リゾット～

197 5.8 5.7 29.7 1.4 ¥780

467 24.3 37.6 2.5 1.4 ¥750

336 20.4 16.2 26.5 2.3 ¥780

394 28.7 23.8 13.9 2.7 ¥800

ごま香るよだれ鶏

秋の味覚フェア
豚肉と揚げ茄子の
こっ照り旨味丼

サステナブルメニュー
ガバオライスNeo

揚げぶりと根菜の柚子餡

329 25.1 13.3 23.4 2.9 ¥780

458 14.4 20.8 49.7 2.0 ¥850

343 20.0 19.7 13.1 3.5 ¥850

428 19.4 24.8 14.1 3.3 ¥780

かけ・ざる和麺 / うどん・そば ¥480

完全メシ食堂
完全メシ
台湾カレーまぜそば

茨城県ご当地グルメ
茨城ご当地グルメ
スタミナラーメン

札幌味噌ラーメン

魚介醤油つけ麺

596 26.7 15.5 92.3 2.8 ¥850

612 19.7 14.6 95.6 8.9 ¥820

687 22.0 29.6 86.9 7.9 ¥800

619 26.7 20.4 81.0 7.1 ¥850

天ぷら 各種¥120～ / いなり¥160 / おにぎり¥140～

単品小鉢 ¥80～ / 本日のサラダ

ごはん(白米・健康米) 普通¥130 大盛¥180

味噌汁 ¥60

洋食 DELI

和惣菜 DELI

世界の料理 DELI

中華 DELI

トマトと茄子のマリネ

小松菜と竹輪の煮浸し

【ギリシャ】クリーミータラモサラダ

彩り野菜の棒棒鶏

ブロッコリーと海老の卵サラダ

白菜の柚子塩昆布和え

【タイ】ヤムウンセン

中華冷奴

チキンカレー

牛ごぼうごはん

【インドネシア】ナシゴレン

黒炒飯

ガーリックチキン

鶏唐と豆腐の揚げ出し

【韓国】チャブチェ

油淋鶏

かぼちゃとベーコンのグラタン

鯖の塩焼き

【メキシコ】チキンのサルサランチェラ

イカとブロッコリーのチリソース炒め

彩り野菜のホットサラダ

ほっこり肉じゃが

【イタリア】海老のカポナータ

茄子と野菜のピリ辛炒め

トマトソースハンバーグ

鶏ムネ肉の梅しそ揚げ

【イギリス】シェパードパイ風

肉焼売

10月12日 (月)

10月13日 (火)

10月14日 (水)

10月15日 (木)

10月16日 (金)

エネルギー

タンパク質

脂質

炭水化物

塩分

価格

やみつき旨辛味噌クッパ

ほうれん草の
グリーンクリームパスタ

LEOCオリジナル
こだわりの生姜焼き

麦富士豚使用
鉄板焼肉炒め

373 13.5 17.7 37.8 5.1 ¥850

577 21.4 19.1 81.9 3.1 ¥780

403 22.5 24.1 19.0 3.0 ¥800

400 21.5 28.5 12.9 2.6 ¥780

秋の三種盛りフライ
(さんま・ごまおさつ・メンチ)

鯖の塩焼き

メバルの竜田揚げ
ブラックペッパーソース

クリエイティブブリュール「麦紡ぐ」使用
麦紡ぐ
～グリルチキンと大麦リゾット～

197 5.8 5.7 29.7 1.4 ¥780

467 24.3 37.6 2.5 1.4 ¥750

336 20.4 16.2 26.5 2.3 ¥780

394 28.7 23.8 13.9 2.7 ¥800

ごま香るよだれ鶏

秋の味覚フェア
豚肉と揚げ茄子の
こっ照り旨味丼

サステナブルメニュー
ガバオライスNeo

揚げぶりと根菜の柚子餡

329 25.1 13.3 23.4 2.9 ¥780

458 14.4 20.8 49.7 2.0 ¥850

343 20.0 19.7 13.1 3.5 ¥850

428 19.4 24.8 14.1 3.3 ¥780

かけ・ざる和麺 / うどん・そば ¥480

完全メシ食堂
完全メシ
台湾カレーまぜそば

茨城県ご当地グルメ
茨城ご当地グルメ
スタミナラーメン

札幌味噌ラーメン

魚介醤油つけ麺

596 26.7 15.5 92.3 2.8 ¥850

612 19.7 14.6 95.6 8.9 ¥820

687 22.0 29.6 86.9 7.9 ¥800

619 26.7 20.4 81.0 7.1 ¥850

天ぷら 各種¥120～ / いなり¥160 / おにぎり¥140～

単品小鉢 ¥80～ / 本日のサラダ

ごはん(白米・健康米) 普通¥130 大盛¥180

味噌汁 ¥60

洋食 DELI

和惣菜 DELI

世界の料理 DELI

中華 DELI

トマトと茄子のマリネ

小松菜と竹輪の煮浸し

【ギリシャ】クリーミータラモサラダ

彩り野菜の棒棒鶏

ブロッコリーと海老の卵サラダ

白菜の柚子塩昆布和え

【タイ】ヤムウンセン

中華冷奴

チキンカレー

牛ごぼうごはん

【インドネシア】ナシゴレン

黒炒飯

ガーリックチキン

鶏唐と豆腐の揚げ出し

【韓国】チャブチェ

油淋鶏

かぼちゃとベーコンのグラタン

鯖の塩焼き

【メキシコ】チキンのサルサランチェラ

イカとブロッコリーのチリソース炒め

彩り野菜のホットサラダ

ほっこり肉じゃが

【イタリア】海老のカポナータ

茄子と野菜のピリ辛炒め

トマトソースハンバーグ

鶏ムネ肉の梅しそ揚げ

【イギリス】シェパードパイ風

肉焼売

10月12日 (月)

10月13日 (火)

10月14日 (水)

10月15日 (木)

10月16日 (金)

エネルギー

タンパク質

脂質

炭水化物

塩分

価格

やみつき旨辛味噌クッパ

ほうれん草の
グリーンクリームパスタ

LEOCオリジナル
こだわりの生姜焼き

麦富士豚使用
鉄板焼肉炒め

373 13.5 17.7 37.8 5.1 ¥850

577 21.4 19.1 81.9 3.1 ¥780

403 22.5 24.1 19.0 3.0 ¥800

400 21.5 28.5 12.9 2.6 ¥780

秋の三種盛りフライ
(さんま・ごまおさつ・メンチ)

鯖の塩焼き

メバルの竜田揚げ
ブラックペッパーソース

クリエイティブブリュール「麦紡ぐ」使用
麦紡ぐ
～グリルチキンと大麦リゾット～

197 5.8 5.7 29.7 1.4 ¥780

467 24.3 37.6 2.5 1.4 ¥750

336 20.4 16.2 26.5 2.3 ¥780

394 28.7 23.8 13.9 2.7 ¥800

ごま香るよだれ鶏

秋の味覚フェア
豚肉と揚げ茄子の
こっ照り旨味丼

サステナブルメニュー
ガバオライスNeo

揚げぶりと根菜の柚子餡

329 25.1 13.3 23.4 2.9 ¥780

458 14.4 20.8 49.7 2.0 ¥850

343 20.0 19.7 13.1 3.5 ¥850

428 19.4 24.8 14.1 3.3 ¥780

かけ・ざる和麺 / うどん・そば ¥480

完全メシ食堂
完全メシ
台湾カレーまぜそば

茨城県ご当地グルメ
茨城ご当地グルメ
スタミナラーメン

札幌味噌ラーメン

魚介醤油つけ麺

596 26.7 15.5 92.3 2.8 ¥850

612 19.7 14.6 95.6 8.9 ¥820

687 22.0 29.6 86.9 7.9 ¥800

619 26.7 20.4 81.0 7.1 ¥850

天ぷら 各種¥120～ / いなり¥160 / おにぎり¥140～

単品小鉢 ¥80～ / 本日のサラダ

ごはん(白米・健康米) 普通¥130 大

□当店で使用しているお米はすべて国産米です。

□価格は全て税込みとなります。