

雅 (みやび) コース												
日付	メニュー名	※	キ	ク	ケ	コ	カ	キ	ク	ケ	コ	構成成分
25	大山崎焼(出し巻)香辛部	○										ザ ロ リ
	藤の芽菜の味噌汁	○										389
	赤こんにゃく和え	○										
	おすなべしき											25.9
	大根ササゲ	○										
	じゃが芋の卵めし	○										
	ほうれん草おとし	○										3.6
	黒豆	○										
26	赤巻(白菜のみ)湯煮	○										ザ ロ リ
	ゆであやメソフナー	○										388
	竹の子アスリ(竹の子香辛)	○										
	竹の子の半量(白菜のみ)	○										
	オクラわかめ酢ササゲ	○										17.2
	麻婆春雨	○										
	絹豆腐(白菜のみ)和え	○										3.5
	桜海苔											
27	チキンの味噌汁(赤豆)	○										ザ ロ リ
	高菜の和え	○										422
	卵ササゲ	○										
	ちんねり(アスリ)	○										
	切干大根とアスリ	○										18.7
	大豆(油揚げ)	○										
	高菜と油揚げ(和え)	○										
	かしのわら(和え)	○										2.9
28	アスパラ(和え)	○										ロ リ
	鶏の味噌汁	○										394
	アスパラの和え	○										
	白菜と高菜	○										
	春雨ササゲ	○										17.3
	シロタネ(和え)	○										
	竹の子(和え)	○										2.9
	小松菜	○										
29	鶏(和え)	○										ザ ロ リ
	大根と高菜(和え)	○										480
	じゃが芋のペースト	○										
	水菜の湯煮	○										
	たけのこ(和え)	○										21.5
	豆(和え)	○										
	豆(和え)	○										
	おとし	○										3.0
	おとし	○										
30	鶏(和え)	○										ザ ロ リ
	アスパラ	○										345
	金平	○										
	ほうれん草(和え)	○										
	白菜	○										20.5
	ゆず(和え)	○										
	ゆず(和え)	○										
	ゆず(和え)	○										3.2
	ゆず(和え)	○										
1	牛肉(和え)	○										ザ ロ リ
	赤巻(和え)	○										349
	水菜(和え)	○										
	アスパラ	○										
	オクラ	○										17.7
	オクラ	○										
	ほうれん草(和え)	○										3.4
	桜海苔											
2	鶏(和え)	○										ザ ロ リ
	アスパラ	○										432
	白菜(和え)	○										
	白菜(和え)	○										
	アスパラ	○										18.3
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										3.4
	おとし	○										
3	ザラの味噌汁(和え)	○										ロ リ
	ゆず(和え)	○										448
	アスパラ	○										
	白菜(和え)	○										
	春雨(和え)	○										20.5
	大根(和え)	○										
	ゆず(和え)	○										2.8
	高菜	○										
4	鶏(和え)	○										ザ ロ リ
	アスパラ	○										401
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										24.7
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										2.8
	おとし	○										
5	アスパラ	○										ザ ロ リ
	アスパラ	○										434
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										21.5
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										2.9
	アスパラ	○										
6	鶏(和え)	○										ザ ロ リ
	アスパラ	○										443
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										28.3
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										3.4
	おとし	○										
8	鶏(和え)	○										ザ ロ リ
	アスパラ	○										428
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										21.1
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										3.5
	アスパラ	○										
9	アスパラ	○										ロ リ
	アスパラ	○										426
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										17.8
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										3.2
	アスパラ	○										
10	アスパラ	○										ザ ロ リ
	アスパラ	○										339
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										16.2
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										2.8
	アスパラ	○										
11	アスパラ	○										ザ ロ リ
	アスパラ	○										447
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										21.4
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										3.4
	アスパラ	○										
12	アスパラ	○										ザ ロ リ
	アスパラ	○										387
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										20.9
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										3.2
	アスパラ	○										
13	アスパラ	○										ザ ロ リ
	アスパラ	○										425
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										19.6
	アスパラ	○										
	アスパラ	○										3.0
	アスパラ	○										
15	アスパラ	○										ロ リ
	アスパラ	○										420
	アスパラ	○	</									