

大釜五穀 MENU

※ エネルギー(kcal)は原材料メーカーなど仕入れ先から得た分析値又は、八訂日本食品標準成分表に基づき算出した値を表示しており、絶対的なものではありません。

※ 付け合わせやスープの具材、漬け物など季節により変動しますので、あくまでお食事の際の参考値としてお考えください。

※ 店舗によってメニューが異なる場合があります。 ※ 一部商品は掲載していない場合があります。

釜炊きごはん		エネルギー(kcal)	更新日
ふっくら釜炊き ごはんセット	(炊き立て銀しゃり飯・三連小鉢・ごちそう豚汁)	707 kcal	2026/7/14
ふっくら釜炊き 五穀ごはんセット	(炊き立て五穀ご飯・三連小鉢・ごちそう豚汁)	711 kcal	2026/7/14

五穀定食		エネルギー(kcal)	更新日
五穀 田舎定食	(本日の北海あぶり・鶏と野菜の健康黒酢あんかけ・五穀ご飯・味噌汁・三連小鉢)	980 kcal	2026/7/14
五穀 青空定食	(天ぷら盛り合せ・さばの紀州煮・五穀ご飯・味噌汁・三連小鉢)	1056 kcal	2026/7/14
五穀 豊穰定食	(カキフライ・刺身3種盛り合わせ・五穀ご飯・味噌汁・三連小鉢)	871 kcal	2026/7/14
五穀 山里定食	(鶏の塩麹焼き・豆乳豆腐・五穀ご飯・味噌汁・三連小鉢)	980 kcal	2026/7/14
五穀 田園定食	(銀ヒラスの粕漬け焼き・旬魚と豆腐の揚げ出し・五穀ご飯・味噌汁・三連小鉢)	837 kcal	2026/7/14

お魚の定食		エネルギー(kcal)	更新日
銀ヒラスの粕漬け焼き定食	(銀ヒラスの粕漬け焼き・にら醤油奴・かぼちゃサラダ・銀しゃり飯・味噌汁・漬物)	598 kcal	2026/7/14
銀だらの粕漬け焼き定食	(銀だらの粕漬け焼き・にら醤油奴・かぼちゃサラダ・銀しゃり飯・味噌汁・漬物)	625 kcal	2026/7/14
天ぷら盛り合わせとお刺身定食	(天ぷら盛り合わせ・刺身三種盛り合わせ・銀しゃり飯・味噌汁・漬物)	855 kcal	2024/9/13
本日の煮魚定食	(本日の煮魚・にら醤油奴・銀しゃり飯・味噌汁・漬物)	623 kcal	2026/7/14

北海あぶり定食		エネルギー(kcal)	更新日
北海あぶり三種盛り定食	(北海あぶり三種盛り・揚げ出し豆腐・ルイベ漬け・茶漬けセット・銀しゃり飯・しじみの味噌汁・漬物)	971 kcal	2026/7/14
トロ鯖一夜干し定食	(トロ鯖一夜干し・揚げ出し豆腐・ルイベ漬け・茶漬けセット・銀しゃり飯・しじみの味噌汁・漬物)	874 kcal	2026/7/14
肉厚鰯ホッケ定食	(肉厚鰯ホッケ・揚げ出し豆腐・ルイベ漬け・茶漬けセット・銀しゃり飯・しじみの味噌汁・漬物)	707 kcal	2026/7/14
とろニシン一夜干し定食	(とろニシン一夜干し・揚げ出し豆腐・ルイベ漬け・茶漬けセット・銀しゃり飯・しじみの味噌汁・漬物)	876 kcal	2026/7/14

あんかけ定食		エネルギー(kcal)	更新日
鶏と野菜の健康黒酢あんかけ定食	(鶏と野菜の健康黒酢あんかけ・豆乳豆腐・銀しゃり飯・味噌汁・漬物)	1,007 kcal	2024/9/13
旬魚と野菜の健康黒酢あんかけ定食	(旬魚と野菜の健康黒酢あんかけ・豆乳豆腐・銀しゃり飯・味噌汁・漬物)	860 kcal	2024/9/13

肉・揚げ物の定食		エネルギー(kcal)	更新日
岡山名代 デミとんかつ定食	(デミとんかつ・かぼちゃサラダ・野菜サラダ・銀しゃり飯・味噌汁・漬物)	1,344 kcal	2024/9/13
宮崎名物 チキン南蛮定食	(チキン南蛮・かぼちゃサラダ・野菜サラダ・銀しゃり飯・味噌汁・漬物)	1,286 kcal	2024/9/13
瀬戸内レモンだれ 鶏の香味揚げ定食	(揚げ鶏の香味だれ・かぼちゃサラダ・野菜サラダ・銀しゃり飯・味噌汁・漬物)	1,098 kcal	2024/9/13
ハンバーグと蟹クリームコロッケ定食	(ハンバーグ・蟹クリームコロッケ・かぼちゃサラダ・野菜サラダ・銀しゃり飯・味噌汁・漬物)	1196 kcal	2026/7/14

五穀麺		エネルギー(kcal)	更新日
冷蕎麦		428 kcal	2026/7/14
かけ蕎麦		445 kcal	2026/7/14
鰻井とお蕎麦セット	(鰻井・漬物・冷蕎麦) ※冷蕎麦で計算しております。	960 kcal	2026/7/14
鶏塩麹焼き井とお蕎麦セット	(鶏塩麹焼き井・漬物・冷蕎麦) ※冷蕎麦で計算しております。	939 kcal	2026/7/14
海老天井とお蕎麦セット	(海老天井・漬物・冷蕎麦) ※冷蕎麦で計算しております。	1196 kcal	2026/7/14

お子様メニュー		エネルギー(kcal)	更新日
お子様うどんランチ	(お子様うどん・オレンジジュース・プリン)	201 kcal	2026/7/14
お子様ランチ	(ハンバーグ・エビフライ・鶏もも唐揚げ・ふりかけご飯・オレンジジュース・プリン)	560 kcal	2026/7/14

一品料理		エネルギー(kcal)	更新日
かぼちゃサラダ		74 kcal	2024/9/13
旬魚と豆腐の揚げ出し		171 kcal	2024/9/13
鶏の塩麹焼き		369 kcal	2024/9/13
鶏と野菜の健康黒酢あんかけ (ハーフ)		249 kcal	2024/9/13
焼きとろ鯖 (ハーフ)		232 kcal	2024/9/13
さばの紀州煮		199 kcal	2024/9/13
鰻豆腐		274 kcal	2026/7/14
カキフライ (3個)		397 kcal	2024/9/13
刺身三種盛り		111 kcal	2024/9/13
豆乳豆腐		82 kcal	2024/9/13
天ぷら盛り合わせ		369 kcal	2024/9/13
炊き立て銀しゃり飯		302 kcal	2024/9/13
炊き立て五穀ご飯		306 kcal	2024/9/13
味噌汁		64 kcal	2024/9/13
ごちそう豚汁		290 kcal	2026/7/14
五穀本わらび餅		156 kcal	2024/9/13