



レストラン アルカディア Weekly Menu

	5月14日(月)	5月15日(火)	5月16日(水)	5月17日(木)	5月18日(金)
メイン 500円	豚ロースの生姜焼き 308Kcal 3.1g	鶏の唐揚げ シンギスカンソース 458Kcal 1.8g	豚ロースの香り焼きチャイニーズベジソース 315Kcal 0.9g	チキンの甘辛Wジャン焼き 386Kcal 1.9g	ポークソテー 照焼きソース 317Kcal 3.5g
バラエティー 650円	ボリューム満点ビーフカレー 939Kcal 4.8g	玉子と魚介のあんかけご飯 555Kcal 3.8g	チキン南蛮丼 915Kcal 3.5g	長野県駒ヶ根名物！ソースかつ丼 778Kcal 1.4g	とろ〜り卵の変わりチキンライス 771Kcal 2.9g
日替わり麺 600円	広東麺 596Kcal 8.6g	ほうれん草とウインナーのトマトパスタ 609Kcal 3.3g	月見とろろそば 435Kcal 4.3g	味噌カレーラーメン 596Kcal 6.1g	竹輪天うどん 393Kcal 4.4g
日替わりサラダ 180円	チーズ入りポテトサラダ 142Kcal 0.9g	花野菜と玉子のオーロラサラダ 51Kcal 0.4g	アラスカとコーンのサラダ 34Kcal 0.8g	ひじきの和風サラダ 32Kcal 1.4g	キャベツと卵のマカロニサラダ 215Kcal 0.7g
サイドディッシュA 180円	ひじきの五目煮 72Kcal 1.1g	アスパラとジャガイモのバター炒め 270Kcal 0.4g	小松菜の胡麻味噌和え 49Kcal 1.0g	オクラともやしの梅おかか和え 26Kcal 1.2g	人参しりしり 70Kcal 1.5g
サイドディッシュB 180円	白身魚フライ 258Kcal 0.9g	ミートオムレツ 62Kcal 0.7g	根菜天ぷら 98Kcal 1.5g	かに玉 82Kcal 0.9g	カレーコロッケ 114Kcal 1.3g
サイドディッシュC 180円	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ
カレーライス 450円	カレーライス 684kcal 3.7g				
中華麺 480円	味噌ラーメン 585kcal 7.3g 塩ラーメン 572kcal 7.8g 醤油ラーメン 546kcal 7.5g				
ご飯(単品) 130円	普通ご飯 357kcal				
味噌汁(単品) 100円	味噌汁 54Kcal 1.8g				
コーヒー(単品) 250円	コーヒー(単品ご注文の方)				
コーヒー(食事付) 150円	コーヒー(お食事をご注文されている方)				

※仕入れの都合により、メニューが変更になる場合がございます。予めご了承ください。

※ランチには小鉢はつきません。ご飯と味噌汁のみです。
バラエティには、小鉢・味噌汁が付き。お間違えないようお願い致します。

 株式会社 魚国総本社



レストラン アルカディア Weekly Menu

	5月21日(月)	5月22日(火)	5月23日(水)	5月24日(木)	5月25日(金)
メイン 500円	豚ロースのオイル焼きピリ辛中華だれ 282Kcal 3.3g	油淋鶏 478Kcal 2.6g	ハンバーグ おろしソース 297Kcal 3.8g	チキンカツイタリアンソース 521Kcal 1.3g	回鍋肉 351Kcal 3.7g
バラエティー 650円	チキン焼肉丼ミモザ風 806Kcal 3.7g	豚カルビ丼 750Kcal 2.3g	カラフルおろしのチキン竜田丼 799Kcal 2.0g	マヨ豚丼 726Kcal 1.8g	鶏の照焼き親子丼 772Kcal 2.4g
日替わり麺 600円	とんこつ塩ラーメン 562Kcal 10.9g	山菜なめこわかめそば 344Kcal 5.4g	チーズカレーうどん 647Kcal 5.4g	味噌野菜ラーメン 622Kcal 7.9g	春野菜たっぷり！鶏白湯ラーメン 473Kcal 2.6g
日替わりサラダ 180円	ポテマカサラダ 152Kcal 0.7g	南瓜と玉子のサラダ 193Kcal 1.4g	チーズとコーンサラダ 42Kcal 0.2g	ミモザサラダ 70Kcal 0.4g	スパゲティサラダ 157Kcal 0.3g
サイドディッシュA 180円	菜の花の辛子和え 33Kcal 1.1g	小松菜とこんにゃくの和え物 41Kcal 1.2g	もやしと鶏肉の塩ねぎ和え 41Kcal 1.2g	白菜とカニカマのゴマドレ和え 40Kcal 0.9g	南瓜の胡麻和え 102Kcal 0.9g
サイドディッシュB 180円	揚げ餃子 178Kcal 0.5g	オムレツ 58Kcal 0.7g	海鮮焼売&焼売 109Kcal 2.0g	ポテトコロッケ 128Kcal 1.3g	ハッシュドポテト 86Kcal 0.4g
サイドディッシュC 180円	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ	店長おすすめ
カレーライス 450円	カレーライス 684kcal 3.7g				
中華麺 480円	味噌ラーメン 585kcal 7.3g 塩ラーメン 572kcal 7.8g 醤油ラーメン 546kcal 7.5g				
ご飯(単品) 130円	普通ご飯 357kcal				
味噌汁(単品) 100円	味噌汁 54Kcal 1.8g				
コーヒー(単品) 250円	コーヒー(単品ご注文の方)				
コーヒー(食事付) 150円	コーヒー(お食事をご注文されている方)				

※仕入れの都合により、メニューが変更になる場合がございます。予めご了承ください。

※ランチには小鉢はつきません。ご飯と味噌汁のみです。
バラエティには、小鉢・味噌汁が付き。お間違えないようお願い致します。





Weekly Menu

レストラン アルカディア



	5月28日(月)	5月29日(火)	5月30日(水)	5月31日(木)	6月1日(金)
メイン 500円	ハムカツ 267Kcal 2.5g	鶏もも肉おろし焼き山椒風味 332Kcal 1.6g	揚げ豚肉の葱ソース 364Kcal 1.8g	ごろごろ野菜の煮込みハンバーグ 292Kcal 1.5g	こしょう香るポークソテー 284Kcal 2.0g
バラエティー 650円	チキンベジスープカレー 839Kcal 4.3g	豚ごぼう丼温玉添え 715Kcal 3.1g	チキンカツピラフ 825Kcal 4.5g	帯広名物！豚丼 703Kcal 7.2g	鶏三味丼 786Kcal 3.0g
日替わり麺 600円	ワンタン塩ラーメン 540Kcal 7.5g	山菜月見うどん 433Kcal 5.4g	あんかけ湯麺 544Kcal 8.6g	麻婆味噌ラーメン 691Kcal 8.7g	肉牛蒡そば 447Kcal 5.1g
日替わりサラダ 180円	ポテトサラダ 8Kcal 0.0g	ごぼうサラダ 99Kcal 0.7g	ツイストマカロニサラダ 134Kcal 0.6g	ツナサラダ 50Kcal 1.1g	シーザーサラダ 64Kcal 0.4g
サイドディッシュA 180円	チンゲン菜とハムの香味和え 32Kcal 1.1g	菜の花の梅ひじき和え 29Kcal 1.4g	ほうれん草とコーンのマヨ和え 95Kcal 0.8g	春雨と胡瓜のレモン酢和え 56Kcal 0.3g	ブロッコリーのチーズ和え 39Kcal 1.2g
サイドディッシュB 180円	コーンコロッセ 138Kcal 0.5g	チーズ竹輪のフライ 134Kcal 1.1g	ミートボール 89Kcal 0.8g	ミニヒレカツ 90Kcal 1.0g	マヨたまカツ 150Kcal 0.5g
サイドディッシュC 180円	店長おまかせ				
カレーライス 450円	カレーライス 684kcal 3.7g				
中華麺 480円	味噌ラーメン 585kcal 7.3g 塩ラーメン 572kcal 7.8g 醤油ラーメン 546kcal 7.5g				
ご飯(単品) 180円	普通ご飯 357kcal				
味噌汁(単品) 100円	味噌汁 47Kcal 1.6g				
コーヒー(単品) 250円	コーヒー(単品ご注文の方)				

※仕入れの都合により、メニューが変更になる場合がございます。予めご了承ください。

※ランチには小鉢はつきません。ご飯と味噌汁のみです。
バラエティには、小鉢・味噌汁が付きまます。お間違えないようお願い致します。

uniserv 株式会社 魚国総本社