

# 11月後半 Lunch Menu



みんなで食料自給率アップ!

お客様係

世界が認めたモンドセレクション  
3年連続金賞受賞の味!  
**尾道ラーメンベツチャー**



営業時間 AM11時~21時  
定休日 なし (0848)23-2583  
(尾道駅前映画館通りコインP前)

**16 牛丼**  
ピーマン肉詰めフライ  
いんげん玉子とじ



エネルギー 380 kcal 塩分 2 g

**17**  
トンテキ&  
チーズコロッケ  
厚揚げのそぼろ煮  
タルタル風サラダ



エネルギー 456 kcal 塩分 2.9 g

**18**  
おまかせ  
メニュー



おまかせ  
メニュー

**20 アジフライ**  
鶏つくね鍋風  
茄子と竹輪のチリ炒め



エネルギー 363 kcal 塩分 2 g

**21 メンチカツ**  
ジャージャー麺  
ひじき胡麻マヨサラダ



エネルギー 459 kcal 塩分 2.4 g

**22**  
手作り  
ビーフカレー  
クリーミーコロッケ  
春雨の酢の物



エネルギー 381 kcal 塩分 1.2 g

**23**  
勤労感謝の日  
おまかせ  
メニュー



おまかせ  
メニュー

**24**  
チゲ鍋風&  
ささみフライ  
白身魚の変わり揚げ  
八じやが海苔塩バター炒め



エネルギー 359 kcal 塩分 3.1 g

**25**  
おまかせ  
メニュー



おまかせ  
メニュー

**27**  
ビーフツチーフライ  
青椒肉絲  
金平ごぼう



エネルギー 363 kcal 塩分 1.8 g

**28日(火)**  
おたのしみ弁当  
**チャーハン**

ヒレカツ、ビーフ炒め  
ブロックとハアリの  
チーズマヨサラダ  
チョレギサラダ  
みかん

エネルギー 352kcal 塩分 1.7g

**29**  
から揚げ  
味噌おでん  
ひじき煮



エネルギー 462 kcal 塩分 1.9 g

**30**  
ハヤシハンバーグ  
いんげんと豆腐の玉子炒め  
コーンたっぷりフライ



エネルギー 411 kcal 塩分 2.4 g

予算に応じてオードブル、行楽、  
会議用弁当もできます!



■カロリー表示はあくまで目安です。ライスは100gあたり168kcalです。■お弁当には卵・乳・小麦・そば・落花生・海老・かにを使用しています。■13時までにお召上がりください。  
■材料の都合によりメニューが変わる場合もあります。■ライスは国産の米を使用しています。■掲載写真はイメージです。



ランチ・フローラ

尾道市東尾道15-3  
ニコニコハロー  
TEL 0848-20-2586  
FAX 0848-20-2587

お客様からの通話専用フリーダイヤル  
ハローゴハン  
0120-086580