

1カ月分実例 ^{*}ダイニングメニュー写真集

味覚の秋、美味しい旬の味覚をたくさんお届けいたしました。



予約制特別メニュー 10/22

入居者 ゲスト

お造里作 富季寄御膳 ¥2,980/¥3,800



朝食例 10/19

入居者 ゲスト

鰯の幽庵焼き ¥500/¥650



昼食例 10/20

入居者 ゲスト

沢煮そば ¥900/¥1,170



夕食例 10/20

入居者 ゲスト

鶏肉の治部煮 ¥1,300/¥1,690

10月1日(火)の朝食メニュー



～ 和食 ～
つくねと野菜の煮物
白菜と小松菜のお浸し
ご飯・味噌汁
ヨーグルト
(478kcal/3.5g)



～ 洋食 ～
サーモンとチーズのサンドイッチ
豆サラダ
スープ
ヨーグルト
(453kcal/3.9g)



～ Soup&Bowl ～
クラムチャウダー
豆サラダ
パン
ヨーグルト
(546kcal/2.7g)

10月1日（火）の昼食メニュー



～ ガーデンランチセット ～
本鱈の照り焼き
青梗菜の湯葉和え
ご飯
味噌汁
(548kcal/6.3g)



～ NOODLE ～
味玉醤油ラーメン
青梗菜の湯葉和え
春巻き
(760kcal/6.8g)



～ フェアメニュー ～
ベジ回鍋肉プレート
スープ
デザート
(575kcal/5.2g)

🍴 ベジプレートフェア 🍴 大豆ミートを使用しています 🍴

10月1日(火)の夕食メニュー



～ ガーデンディナーセット ～

銀鱈の麦とろ焼き

もずくの酢の物

茶碗蒸し

ご飯・味噌汁・デザート

(699kcal/4.0g)



～ 逸品ディナーセット ～

国産牛の柳川風

もずくの酢の物

ご飯・味噌汁

(494kcal/3.4g)



～ PWSキッチン ～

桜姫鶏のスープカレー

大根サラダ

ご飯

デザート

(694kcal/2.9g)

10月2日(火)の昼食メニュー



～ ガーデンランチセット ～
鰯の胡麻揚げ
海藻の酢の物
ご飯
味噌汁
(473kcal/3.1g)



～ NOODLE ～
五目きしめん
海藻の酢の物
チーズ入り竹輪の磯辺揚げ
(670kcal/5.2g)



～ フェアメニュー ～
ソイミートのゴマだれ炒め
プレート
味噌汁
デザート
(663kcal/3.0g)

🌱 ベジプレートフェア 🌱 大豆ミートを使用しています 🌱

10月2日(水)の夕食メニュー



～ガーデンディナーセット～

青椒肉絲

青梗菜と干しエビの和え物

水餃子

ご飯・味噌汁・デザート

(647kcal/4.5g)



～逸品ディナーセット～

太刀魚の柚香蒸し

青梗菜と干しエビの和え物

ご飯・味噌汁

(475kcal/2.6g)



～PWSキッチン～

桜姫鶏のスープカレー

きのこベーコンのソテー

デザート

(721kcal/2.9g)

10月3日(木)の朝食メニュー



～ 和食 ～
秋鮭の塩焼き
ほうれん草の山かけ
ご飯・味噌汁
ヨーグルト
(434kcal/3.9g)



～ 洋食 ～
目玉焼き
ベーコン添え
きのこサラダ
パン・スープ
ヨーグルト
(453kcal/3.2g)



～ Soup&Bowl～
パワーサラダボウル
(ハーブチキン)
パン・スープ
ヨーグルト
(379kcal/2.4g)

10月3日(水)の昼食メニュー



～ガーデンランチセット～
鱈のポワレ
ブルブランソース
生ハムサラダ
パン
スープ
(622kcal/3.5g)



～NOODLE～
カルボナーラ風うどん
生ハムサラダ
スープ
(696kcal/5.3g)



～フェアメニュー～
ベジかつプレート
スープ
デザート
(637kcal/3.7g)

🍲 ベジプレートフェア 🍲 大豆ミートを使用しています 🍲

10月3日(木)の夕食メニュー



～ガーデンディナーセット～
白金鱈のムニエル
バジルソース
野菜のピクルス
キャベツのアンチョビソテー
パン・スープ・デザート
(495kcal/3.9g)



～逸品ディナーセット～
四元豚のトンテキ
野菜のピクルス
ご飯・味噌汁
(527kcal/3.0g)



～PWSキッチン～
桜姫鶏のスーパカレー
野菜のピクルス
ご飯
デザート
(706kcal/3.0g)

10月4日（金）の朝食メニュー



～ 和食 ～

肉豆腐

おくらの柚子醤油和え
ご飯・味噌汁
スムージー
(655kcal/3.0g)



～ 洋食 ～

オープンサンド

根菜サラダ
スープ
スムージー
(533kcal/3.3g)



～ Soup&Bowl～

だし茶漬け

鯖の塩焼き添え
漬物
スムージー
(355kcal/1.0g)

10月4日(金)の昼食メニュー



～ガーデンランチセット～
豚肉のハーブパン粉焼き
エビとブロッコリーの
レモンマリネ
パン
スープ
(569kcal/2.8g)



～NOODLE～
茄子とツナの和風スパゲティ
エビとブロッコリーの
レモンマリネ
スープ
(659kcal/6.4g)



～フェアメニュー～
大豆たっぷり麻婆豆腐プレート
スープ
デザート
(652kcal/5.0g)

🍴 ベジプレートフェア 🍴 大豆ミートを使用しています 🍴

10月4日（金）の夕食メニュー



～ガーデンディナーセット～

ミックスフライ

（カニクリームコロッケ、
白身フライ、コロッケ）

秋茄子のオランダ煮

白菜と昆布の和え物

ご飯・味噌汁・デザート

（908kcal/4.8g）



～逸品ディナーセット～

舌平目の

レモンバターソース

秋茄子のオランダ煮

パン・スープ

（574kcal/3.4g）



～PWSキッチン～

桜姫鶏のスープカレー

秋茄子のオランダ煮

デザート

（745kcal/3.2g）

10月5日(土)の朝食メニュー



～ 和食 ～
鯖の幽庵焼き
刻み昆布と油揚げの煮物
ご飯・味噌汁
ヨーグルト
(462kcal/3.7g)



～ 洋食 ～
チキンの粒マスタード焼き
かぼちゃサラダ
パン・スープ
ヨーグルト
(506kcal/2.6g)



～ Soup&Bowl～
根菜のミネストローネスープ
かぼちゃサラダ
パン
ヨーグルト
(398kcal/2.7g)

10月5日(土)の昼食メニュー



～ガーデンランチセット～
赤魚の煮つけ
蒸し鶏と胡瓜の和え物
ご飯
味噌汁
(362kcal/2.9g)



～NOODLE～
豚肉ときのこのあんかけうどん
蒸し鶏と胡瓜の和え物
海老と蓮根の落し揚げ
(603kcal/5.3g)



～フェアメニュー～
車麩の唐揚げ
さっぱりベジソースプレート
味噌汁
デザート
(797kcal/4.4g)

🍴 ベジプレートフェア 🍴 大豆ミートを使用しています 🍴

10月5日(土) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

つみれと野菜の柚子味噌煮

小松菜のお浸し
里芋のそぼろあんかけ
ごはん・すまし汁
デザート

(611kcal/6.7g)

逸品ディナーセット

秋刀魚の塩焼き
＜北海道産＞
小松菜のお浸し
ごはん・すまし汁

(577kcal/2.1g)



PWSキッチン

桜姫鶏のスープカレー
水菜と切干大根の
マリネ
デザート

(748kcal/2.6g)

10月6日(日) 朝食メニュー



和 食

ほうれん草の巣ごもり焼き

いかと胡瓜の酢の物

ご飯・味噌汁

ヨーグルト

(398kcal/3.4g)



洋 食

クロックマダム

人参サラダ

スープ

ヨーグルト

(414kcal/2.8g)



Soup&Bowl

鶏肉の

レモンクリーム煮

人参サラダ

スープ・ヨーグルト

(626kcal/2.7g)

10月6日(日) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

穴子の天ぷら
がんもと野菜の煮物
ご飯
味噌汁

(819kcal/5.0g)



NOODLE

鴨南蛮そば
がんもと野菜の煮物
山芋の梅しそ巻き

(642kcal/6.5g)



フェアメニュー

根菜ごろっと
ベジ酢豚プレート
スープ
デザート

(626kcal/2.7g)

10月6日(日) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

目張の塩麴焼き

豆腐サラダ
蓮根のピリ辛炒め
ご飯・味噌汁
デザート

(476kcal/3.1g)

逸品ディナーセット



国産牛と秋野菜炒め

豆腐サラダ
ご飯
味噌汁

(582kcal/3.4g)

PWSキッチン



桜姫鶏の スープカレー

豆腐サラダ
デザート

(714cal/3.0g)

10月7日(月) 朝食メニュー



和食

豚肉とごぼうの
玉子とじ

白菜の塩昆布和え
ご飯・味噌汁
スムージー

(631kcal/5.0g)

洋食



エビとアボカドの
サンドイッチ

トマトサラダ
スープ
スムージー

(373kcal/2.9g)

Soup&Bowl



お粥
しらす、梅添え

鯖の塩焼き
スムージー

(308kcal/2.7g)

10月7日(月) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

白身魚の甘酢あんかけ

中華くらげの和え物
ご飯・味噌汁

(410kcal/2.9g)

NOODLE



味わい塩ラーメン

中華くらげの和え物
しゅうまい

(516kcal/6.4g)

フェアメニュー



釧路 ザンギ揚げ

中華くらげの和え物
ご飯
味噌汁

(556kcal/2.3g)

+。 * 北海道フェア * 。 +

10月7日(月) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

銀鱈ときのこの酒蒸し

大根の梅和え
人参の生姜金平
ご飯・味噌汁
デザート

(500kcal/3.9g)

逸品ディナーセット



国産牛のすき焼き

大根の梅和え
ご飯
味噌汁

(494kcal/4.1g)

PWSキッチン



サクッと揚げたて！ 串カツ盛り合わせ

(うずら卵、豚ロース、
なす肉詰め、
蓮根(すり身入り)、えび)
大根の梅和え
ご飯
味噌汁

(507kcal/3.8g)

10月8日(火) 朝食メニュー



和食

銀ヒラスの照焼き

ふろふき大根
ご飯・味噌汁
ヨーグルト

(384kcal/4.6g)

洋食



ソーセージの ブイヨン煮

サツマ芋サラダ
パン
ヨーグルト

(505kcal/3.3g)

Soup&Bowl



パワーサラダボウル (厚切りベーコン)

パン
スープ
ヨーグルト

(533kcal/2.7g)

10月8日(火) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

チキンソテー
トマトソース

ツナと紫キャベツのマスタードマリネ
パン・スープ

(514kcal/2.9g)

NOODLE



エビの明太クリーム
スパゲティ

ツナと紫キャベツの
マスタードマリネ

スープ

(565kcal/5.3g)

フェアメニュー



漁師仕立ての
石狩汁

ツナと紫キャベツの
マスタードマリネ
ほうれん草の胡麻和え
ご飯

(522kcal/3.8g)

+。 * 北海道フェア *。 +

10月8日(火) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

ポークカツレツ

ミモザサラダ
カポナータ
パン・スープ
デザート

(767kcal/3.0g)

逸品ディナーセット



真鯛の アクアパッツァ

ミモザサラダ
パン
スープ

(519kcal/3.8g)

PWSキッチン



サクッと揚げたて！ 串カツ盛り合わせ

茄子の煮浸し
ご飯
味噌汁

(510kcal/3.1g)

10月9日（水）の朝食メニュー



～ 和食 ～
炒り豆腐
青菜のお浸し
ご飯
スムージー
(418kcal/2.5g)



～ 洋食 ～
フレンチトースト
玉子サラダ
スープ
スムージー
(423kcal/2.5g)



～ Soup&Bowl～
グラノーラ
ナッツ添え
玉子サラダ
スムージー
(441kcal/1.1g)

10月9日(火) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

黒むつの粕漬け焼き

南瓜の煮物

ご飯

味噌汁

(819kcal/5.0g)



NOODLE

カレーきしめん

南瓜の煮物

わかめと小柱の和え物

(642kcal/6.5g)



フェアメニュー

帯広豚丼

わかめと小柱の和え物

味噌汁

(626kcal/2.7g)

10月9日(水) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

鮭の南蛮漬け

インゲンの胡麻和え
手鞠湯葉の煮物
ご飯・すまし汁
デザート

(509kcal/2.3g)

逸品ディナーセット



華味鶏と青梗菜の 葱塩炒め

インゲンの胡麻和え
ご飯
すまし汁

(631kcal/3.3g)

PWSキッチン



サクッと揚げたて！ 串カツ盛り合わせ

インゲンの胡麻和え
ご飯
味噌汁

(491kcal/2.9g)

10月10日(木) 朝食メニュー



和食

鯖のごま醤油焼き

高野豆腐と椎茸の含め煮

ご飯・味噌汁

ヨーグルト

(529kcal/3.8g)

洋食



ハムエッグ

マカロニサラダ

パン・スープ

ヨーグルト

(460kcal/3.3g)

Soup&Bowl



だし茶漬け 明太子、高菜添え

竹輪の磯部揚げ
ヨーグルト

(445kcal/2.8g)

10月10日(木) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

豚肉と茄子の生姜炒め

長芋とおくらのわさび醤油
ご飯・味噌汁

(423kcal/2.5g)

NOODLE



ホタテと青葱の かき揚げそば

長芋とおくらの
わさび醤油

甘味

(538kcal/3.4g)

フェアメニュー



さっぱり 味噌コーンラーメン

長芋とおくらの
わさび醤油

春巻き

(661kcal/4.6g)

+。 * 北海道フェア * 。 +

10月10日(木) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

鶏もも肉のはちみつ照り焼き

ほうれん草のお浸し
里芋の煮ころがし
雑穀ご飯
味噌汁
デザート
(656kcal/4.4g)

逸品ディナーセット



鮮鱸のかぶら蒸し

ほうれん草のお浸し
雑穀ご飯
味噌汁
(370kcal/3.0g)

PWSキッチン



サクッと揚げたて！ 串カツ盛り合わせ

ほうれん草のお浸し
雑穀ご飯
味噌汁
(499kcal/3.2g)

10月11日(金) 朝食メニュー



和食

桜エビ入り
厚焼き玉子

ブロッコリーのナッツ和え
ご飯・味噌汁
スムージー

(380kcal/2.3g)

洋食



生ハムとチーズの
ライ麦サンド

ミックスサラダ
スープ
スムージー

(334kcal/3.6g)

Soup&Bowl



チキン
ブラウンシチュー

ミックスサラダ
パン
スムージー

(433kcal/3.2g)

10月11日(金) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

目張のソテー
ラタトゥイユソース

彩り野菜のマリネ
パン・スープ

(412kcal/2.8g)

NOODLE



オム焼きそば

彩り野菜のマリネ

スープ

(625kcal/4.7g)

フェアメニュー



根室 エスカロップ

彩り野菜のマリネ

スープ

(676kcal/4.1g)

+。*北海道フェア*。+

10月11日(金) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

海鮮八宝菜

イカと胡瓜の葱塩和え
水餃子
ご飯
スープ
デザート
(528kcal/3.8g)

逸品ディナーセット



やまゆりポークの
角煮

イカと胡瓜の
葱塩和え
ご飯
味噌汁
(645kcal/2.9g)

PWSキッチン



サクッと揚げたて!
串カツ盛り合わせ

イカと胡瓜の
葱塩和え
ご飯
味噌汁
(538kcal/3.4g)

10月12日(土) 朝食メニュー



和食

鰹の干物

納豆
のり佃煮
ご飯・味噌汁
ヨーグルト

(452kcal/3.5g)

洋食



プレーンオムレツ

蒸し鶏サラダ
パン
スープ
ヨーグルト

(407kcal/2.5g)

Soup&Bowl



あさり雑炊

蒸し鶏サラダ
ヨーグルト

(354kcal/2.3g)

10月12日(土) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

鶏肉と豆腐の 揚げだし

ほうれん草とアサリの辛子和え
ご飯・味噌汁

(680kcal/3.2g)

NOODLE



鰯の蒲焼き丼

ほうれん草とアサリの
辛子和え
味噌汁

(428kcal/3.6g)

フェアメニュー



ゴロっと野菜の スープカレー

赤玉葱と胡瓜の
豆サラダ
デザート
(674kcal/2.9g)

+。* 北海道フェア *。+

10月12日(土) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

和風きのこハンバーグ

五目白和え
車麩の煮物
ご飯
味噌汁
デザート
(517kcal/4.4g)

逸品ディナーセット



平目の焼き浸し

五目白和え
ご飯
味噌汁
(398kcal/2.6g)

PWSキッチン



サクッと揚げたて！ 串カツ盛り合わせ

五目白和え
ご飯
味噌汁
(533kcal/2.9g)

10月13日(日) 朝食メニュー



和食

筑前煮

胡瓜と大葉のポン酢和え
ご飯・味噌汁
ヨーグルト

(416kcal/3.0g)

洋食



ホットドッグ

大根サラダ
スープ
ヨーグルト

(458kcal/3.4g)

Soup&Bowl



ゴロゴロ野菜の
コンソメスープ

大根サラダ
パン
ヨーグルト

(376kcal/2.8g)

10月13日(日) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

鯖の香味蒸し

揚げ茄子の煮浸し
ご飯・味噌汁

(385kcal/2.4g)

NOODLE



味噌煮込みうどん

揚げ茄子の煮浸し
ちぎり揚げ

(656kcal/3.7g)

フェアメニュー



鮭とイクラの
親子丼

揚げ茄子の煮浸し
味噌汁
(466kcal/3.9g)

+。* 北海道フェア *。+

10月13日(日) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

金目鯛のポワレ 白ワインソース

スモークサーモンのサラダ

アスパラとベーコンのソテー

パン・スープ

デザート

(790kcal/5.0g)

逸品ディナーセット



国産牛の ビーフカレー

スモークサーモンの
サラダ

スープ

(489kcal/4.2g)

PWSキッチン



サクッと揚げたて！ 串カツ盛り合わせ

モロヘイヤのお浸し
ご飯

味噌汁

(578kcal/3.5g)

本日最終日

10月14日(月) 朝食メニュー



和食

里芋と鳥賊の煮物

ほうれん草の海苔浸し
ご飯・味噌汁
スムージー

(417kcal/3.3g)

洋食



ミックス サンドイッチ

シーフードサラダ
コーンポタージュ
スムージー

(420kcal/4.2g)

Soup&Bowl



お粥 たらこ、笹かま添え

シーフードサラダ
スムージー

(467kcal/4.2g)

10月14日(月) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

鶏もも肉の柚子胡椒焼き

カブの甘酢和え
ご飯・味噌汁

(461kcal/2.8g)

NOODLE



茶そばせいろ

カブの甘酢和え
海鮮かき揚げ

(533kcal/3.5g)

フェアメニュー



ガパオライス

サツマ芋の
レモンサラダ
スープ
(594kcal/3.4g)

+。*タイフェア*。+

10月14日(月) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

ポークソテー 和風おろしソース

パストラミビーフのサラダ
パン・スープ
デザート
(635kcal/4.4g)

逸品ディナーセット



鱸のムニエル バルサミコソース

パストラミビーフの
サラダ
パン・スープ
(496kcal/3.1g)

PWSキッチン



海老のチリソース (謝朋殿)

パストラミビーフの
サラダ
ご飯・スープ
(463kcal/2.5g)

※辛さ控えめです

中華レストラン「謝朋殿」フェア

10月15日(火) 朝食メニュー



和食

かますの干物

梅干し
温泉玉子
ご飯・味噌汁
ヨーグルト

(476kcal/4.1g)

洋食



スクランブルエッグ ベーコン添え

大根サラダ
パン・スープ
ヨーグルト

(528kcal/3.2g)

Soup&Bowl



シリアル

大根サラダ
フルーツ
ヨーグルト

(353kcal/1.3g)

10月15日(火) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

ほっけの七味焼き

冬瓜の生姜あんかけ
ご飯・味噌汁

(410kcal/3.2g)

NOODLE



広東麺

冬瓜の
生姜あんかけ
焼売

(500kcal/3.1g)

フェアメニュー



タイカレー

エスニックサラダ
スープ
(806kcal/3.8g)

+。*タイフェア*。+

10月15日(火) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

本鰯の照焼き

鰯の山かけ
蓮根とニンニクの芽の炒め
ご飯・味噌汁
(549kcal/4.2g)

逸品ディナーセット



鶏肉の山賊焼き

鰯の山かけ
ご飯・味噌汁
(508kcal/4.2g)

PWSキッチン



海老のチリソース (謝朋殿)

蓮根とニンニクの芽
の炒め
ご飯・スープ
(419kcal/2.5g)

※辛さ控えめです

中華レストラン「謝朋殿」フェア

10月16日(水) 朝食メニュー



和食

だし巻き玉子

モロヘイヤのお浸し
ご飯・味噌汁
スムージー

(471kcal/3.4g)

洋食



南瓜のチーズ焼き

ミックスサラダ
パン・スープ
スムージー

(488kcal/2.9g)

Soup&Bowl



かに雑炊

モロヘイヤのお浸し
スムージー

(332kcal/1.8g)

10月16日(水) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

豚肉の金山寺味噌焼き

小松菜とじゃこのおろし和え
ご飯・すまし汁

(484kcal/2.9g)

NOODLE



肉詰めいなりうどん

小松菜とじゃこの
おろし和え
甘味

(538kcal/5.1g)

フェアメニュー



トムヤムクン

春巻き
ご飯
(492kcal/1.7g)

+。*タイフェア*。+

10月16日(水) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

黒毛和牛
メンチカツ

海老と空豆の炒め
なめこと三つ葉のお浸し
ご飯・味噌汁・デザート
(685kcal/4.2g)

逸品ディナーセット



鮮にしんの塩焼

なめこと三つ葉の
お浸し
ご飯・味噌汁
(475kcal/3.3g)

PWSキッチン



海老のチリソース
(謝朋殿)

なめこと三つ葉の
お浸し
ご飯・スープ
(435kcal/2.3g)

※辛さ控えめです

中華レストラン「謝朋殿」フェア

10月17日(木) 朝食メニュー



和食

鶏大根

キャベツのゆかり和え
ご飯・味噌汁
ヨーグルト

(439kcal/4.6g)

洋食



ハムと卵の ライ麦サンド

ポテトサラダ
スープ
ヨーグルト

(472kcal/3.3g)

Soup&Bowl



あさりの マンハッタン クラムチャウダー

ポテトサラダ
パン
スープ
ヨーグルト

(339kcal/2.3g)

10月17日(木) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

鮭のグリル サラダ仕立て

キャロットラペ
パン
スープ
(446cal/2.5g)

NOODLE



きのこの バター醤油 スパゲティ

キャロットラペ
スープ
(511kcal/2.7g)

フェアメニュー



カオマンガイ

キャロットラペ
スープ
(525kcal/2.2g)

+。*タイフェア*。+

10月17日(木) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

舌平目のムニエル
ラビゴットソース

ペンネとツナのサラダ
ウィンナーとジャガ芋のソテー
パン・スープ・デザート
(786kcal/4.0g)

逸品ディナーセット



国産牛の赤ワイン煮

ペンネとツナのサラダ
ご飯・スープ
(679kcal/3.6g)

PWSキッチン



油淋鶏 (謝朋殿)

茄子の中華和え
ご飯・スープ
(546kcal/4.2g)

中華レストラン「謝朋殿」フェア

10月18日(金) 朝食メニュー



和食

赤魚の西京焼き

切干大根の煮物
ご飯・味噌汁
スムージー

(491kcal/4.2g)

洋食



ピザトースト

きのこサラダ
スープ
スムージー

(332kcal/2.9g)

Soup&Bowl



だし茶漬け 鯖の塩焼き添え

切干大根の煮物
スムージー

(404kcal/1.0g)

10月18日(金) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

太刀魚の
竜田揚げ

長芋と芽かぶの和え物
ご飯
味噌汁
(577cal/2.4g)

NOODLE



沢煮そば

長芋と芽かぶの和え物
甘味
(457kcal/3.9g)

フェアメニュー



ナシゴレン

かぼちゃの
クミンサラダ
スープ
(457kcal/2.7g)

+。*タイフェア*。+

10月18日(金) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

豚肉の梅ソース

小柱と胡瓜の酢の物
茶碗蒸し
ご飯・すまし汁
デザート

(733kcal/3.6g)

逸品ディナーセット



金目鯛と野菜の酒蒸し

小柱と胡瓜の酢の物
ご飯・すまし汁

(385kcal/2.0g)

PWSキッチン



油淋鶏 (謝朋殿)

ザーサイ冷奴
ご飯・スープ

(492kcal/3.9g)

中華レストラン「謝朋殿」フェア

10月19日(土) 朝食メニュー



和食

鯖の幽庵焼き

もずくの酢の物
ご飯・味噌汁
ヨーグルト

(437kcal/3.1g)

洋食



チーズオムレツ

トマトサラダ
パン
スープ
ヨーグルト

(434kcal/3.1g)

Soup&Bowl



ミートボールの クリーム煮

トマトサラダ
パン
ヨーグルト

(411kcal/2.6g)

10月19日(土) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

ハンバーグ 赤ワインソース

ひよこ豆のサラダ
パン・スープ

(490cal/3.7g)

NOODLE



味玉塩ラーメン

餃子
甘味

(651kcal/6.2g)

フェアメニュー



きくらげと玉子の タイ式春雨炒め

ひよこ豆のサラダ
ご飯・スープ

(627kcal/5.3g)

+。*タイフェア*。+

10月19日(土) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

烏賊と季節野菜のフリット

ミモザサラダ
アスパラのソテー
パン・スープ
デザート

(519kcal/3.2g)

逸品ディナーセット



大山鶏のソテー ガーリックソース

ミモザサラダ
ご飯・スープ
(497kcal/3.1g)

PWSキッチン



特撰黒酢酢豚 (謝朋殿)

ミモザサラダ
ご飯・スープ
(447kcal/2.5g)

中華レストラン「謝朋殿」フェア

10月20日(日) 朝食メニュー



和食

豆腐の蟹あんかけ

春菊のピーナッツ和え
ご飯・味噌汁
ヨーグルト

(423kcal/3.0g)

洋食



パンケーキ ソーセージ添え

花野菜サラダ
スープ
ヨーグルト

(551kcal/2.9g)

Soup&Bowl



ポトフ

花野菜サラダ
パン
ヨーグルト

(418kcal/2.3g)

10月20日(日) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

子持ち鰯の煮付け

冷奴 薬味添え
ご飯
味噌汁
(447cal/3.0g)

NOODLE



豚肉と白菜の みぞれうどん

冷奴 薬味添え
海老の唐揚げ
(710kcal/5.9g)

フェアメニュー



タイカレー

春雨サラダ
デザート

(748kcal/2.5g)

+。*タイフェア*。+

10月20日(日) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

鶏肉の治部煮

青梗菜のお浸し
南瓜のいところ煮
ご飯・味噌汁
デザート

(638kcal/4.3g)

逸品ディナーセット



鰻の麦とろ丼

青梗菜のお浸し
味噌汁

(427kcal/2.7g)

PWSキッチン



特撰黒酢酢豚 (謝朋殿)

青梗菜のお浸し
ご飯・スープ

(413kcal/2.7g)

中華レストラン「謝朋殿」フェア

10月21日(月) 朝食メニュー



和食

五目厚焼き玉子

ほうれん草のピーナッツ和え
ご飯・味噌汁
スムージー

(467kcal/3.1g)

洋食



チキンの バジル焼き

水菜のサラダ
パン
スープ
スムージー

(616kcal/2.9g)

Soup&Bowl



パワーサラダボウル (スモークサーモン)

パン
スープ
スムージー
(430kcal/2.8g)

10月21日(月) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

鯖のソテー マスタードソース

バーニャカウダ風サラダ
パン
スープ
(559cal/1.9g)

NOODLE



カルボナーラ スパゲッティ

バーニャカウダ風
サラダ
スープ
(773kcal/4.9g)

フェアメニュー



味噌カツ(ロース)

切干大根の三杯酢
ご飯
赤だし
(587kcal/4.0g)

+。 * 名古屋めし * 。 +

10月21日(月) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

黒睦の照り焼き

さつま揚げと大根の煮物
ちりめんじゃこのサラダ
ご飯・味噌汁
デザート

(492kcal/1.3g)

逸品ディナーセット



桜姫鶏の 麦味噌焼き

さつま揚げと大根の煮物
ご飯
味噌汁

(513kcal/2.8g)

PWSキッチン



海老と季節野菜の 天丼

さつま揚げと大根の煮物
味噌汁

(636kcal/3.6g)

10月22日(火) 朝食メニュー



和食

鱈の粕漬け焼き

わかめと胡瓜の酢の物
ご飯/
味噌汁
ヨーグルト

(408kcal/3.3g)

洋食



目玉焼き ベーコン添え

パンプキンサラダ
パン
スープ
ヨーグルト

(443kcal/2.8g)

Soup & Bowl



五目雑炊

わかめと胡瓜の酢の物
ヨーグルト

(341kcal/2.4g)

10月22日(火) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

豚肉ときのこの
黒胡椒炒め

なめ茸おろし
ご飯
すまし汁
(678cal/3.4g)

NOODLE



かき玉そば

なめ茸おろし
厚揚げの煮物
(588kcal/5.0g)

フェアメニュー



牛肉と大根の
どて煮

なめ茸おろし
ご飯
すまし汁

(645kcal/4.9g)

+。*名古屋めし*。+

10月22日(火) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

鰯大根

切り昆布の子和え
蓮根金平
ご飯・味噌汁
デザート

(613kcal/4.2g)



お造り 富季寄御膳

戻り鰹たたき
鮪(中トロ・赤身)
真鯛/あしらい一式
茶碗蒸し
ご飯
あら汁
漬物
水菓子

(648kcal/4.0g)

事前予約制

10月23日(水) 朝食メニュー



和食

豚肉と細切昆布の煮物

オクラの胡麻和え
ご飯・味噌汁
スムージー

(596kcal/2.8g)

洋食



サラミとチーズの サンドイッチ

ツナサラダ
コーンポタージュ
スムージー

(520kcal/4.0g)

Soup&Bowl



かぼちゃの クリームシチュー

ツナサラダ
パン
スムージー

(581kcal/3.5g)

10月23日(水) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

太刀魚ときのこの松前蒸し

中華くらげの和え物
ご飯
赤だし

(516cal/3.5g)

NOODLE



ネギチャーシュー
味噌ラーメン

中華くらげの和え物
大学芋

(620kcal/6.1g)

フェアメニュー



鶏手羽先の
甘辛唐揚げ

中華くらげの和え物
ご飯
赤だし

(598kcal/3.0g)

+。*名古屋めし*。+

10月23日(水) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

季節野菜のビーフカレー

シーザーサラダ

ズッキーニのアンチョビソテー

スープ

デザート

(687kcal/4.7g)

逸品ディナーセット



銀鱈のブレゼ

シーザーサラダ

パン

スープ

(568kcal/3.2g)

PWSキッチン



海老と季節野菜の 天丼

長芋と胡瓜の梅肉和え
味噌汁

(643kcal/4.1g)

10月24日(木) 朝食メニュー



和食

鯖のみりん漬け焼き

ひじきの煮物
ご飯・味噌汁
ヨーグルト

(527kcal/3.4g)

洋食



イングリッシュ マフィン

コーンサラダ
スープ
ヨーグルト

(398kcal/2.6g)

Soup&Bowl



だし茶漬け しらす、のり佃煮添え

ひじきの煮物
ヨーグルト

(337kcal/2.2g)

10月24日(木) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

鰯のみぞれ煮

ほうれん草と油揚げの煮浸し
ご飯
赤だし
(443cal/3.8g)

NOODLE



牛すき煮うどん

ほうれん草と
油揚げの煮浸し
きんぴらちぎり揚げ
(702kcal/5.6g)

フェアメニュー



味噌かつ(ヒレ)

ほうれん草と
油揚げの煮浸し
ご飯
赤だし
(544kcal/3.0g)

+。* 名古屋めし*。+

10月24日(木) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

眼張の黒胡椒焼き

蓮根の梅かつお和え
青梗菜と小柱の炒め物
ご飯/味噌汁
デザート

(481kcal/3.8g)

逸品ディナーセット



四元豚の生姜焼き

蓮根の梅かつお和え
ご飯
味噌汁

(581kcal/3.6g)

PWSキッチン



**海老と季節野菜の
天丼**

蓮根の梅かつお和え
味噌汁

(649kcal/4.2g)

10月25日(金) 朝食メニュー

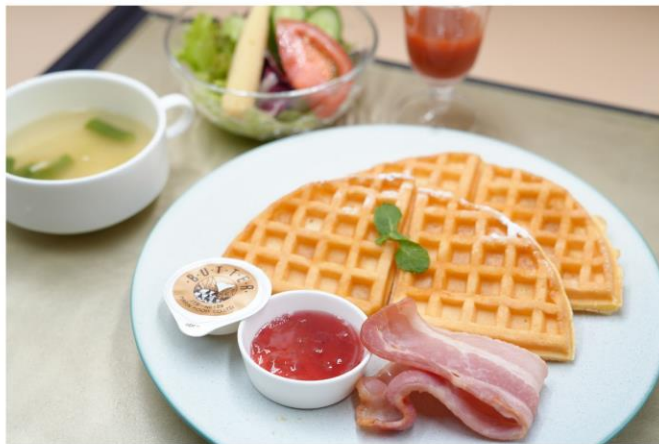


和食

焼きたらこ 笹かま添え

長芋のわさび醤油和え
ご飯・味噌汁
スムージー
(439kcal/4.3g)

洋食



ワッフル

ミックスサラダ
スープ
スムージー
(467kcal/1.1g)

Soup&Bowl



ビーンズ ミネストローネ

ミックスサラダ
パン
スムージー
(363kcal/2.1g)

10月25日(金) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

タンドリーチキン

たことセロリのマリネ
パン
スープ

(563cal/2.7g)

NOODLE



ナポリタン
スパゲッティ

たことセロリのマリネ
スープ

(674kcal/5.1g)

フェアメニュー



有頭丸ごと
海老フライ

たことセロリのマリネ
ご飯
赤だし

(677kcal/2.8g)

+。 * 名古屋めし * 。 +

10月25日(金) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

ポークソテー オニオンソース

地中海風サラダ
南瓜のレモン煮
ご飯/スープ
デザート
(716kcal/2.0g)

逸品ディナーセット



目鯛のポワレ ラタトゥイユ添え

地中海風サラダ
パン
スープ
(526kcal/2.9g)

PWSキッチン



海老と季節野菜の 天丼

南瓜のレモン煮
味噌汁
(719kcal/3.3g)

10月26日(土) 朝食メニュー



和食

穴子の玉子とじ

納豆
梅干し
ご飯・味噌汁
ヨーグルト
(543kcal/5.1g)

洋食

ロールパンサンド (ポテトサラダ、ハム)

オニオンサラダ
スープ
ヨーグルト

(538kcal/3.7g)

Soup&Bowl

お粥 塩鮭、いくら添え

オニオンサラダ
ヨーグルト

(346kcal/1.0g)



10月26日(土) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

銀ひらすの西京焼き

青菜としらすの胡麻和え
ご飯
すまし汁

(470cal/3.9g)

NOODLE



味わい醤油ラーメン

青菜としらすの
胡麻和え
焼売

(569kcal/6.2g)

フェアメニュー



ひつまぶし

青菜としらすの
胡麻和え
すまし汁

(548kcal/4.9g)

+。* 名古屋めし*。+

10月26日(土) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

牛肉のXO醤炒め

ザーサイとニンニクの芽の和え物
小籠包
ご飯/スープ
デザート

(793kcal/5.4g)

逸品ディナーセット

寛八の紹興酒蒸し 香味ソース

ザーサイと
ニンニクの芽の和え物
ご飯
スープ

(386kcal/4.1g)

PWSキッチン



海老と季節野菜の 天丼

ザーサイと
ニンニクの芽の和え物
味噌汁

(647kcal/4.5g)

10月27(日) 朝食メニュー



和食

鮭の塩焼き

ひじきの白和え
ご飯・味噌汁
ヨーグルト
(436kcal/2.7g)

洋食



スパニッシュ オムレツ

コールスローサラダ
スープ
ヨーグルト
(519kcal/3.5g)

Soup&Bowl



グラノーラ ナッツ添え

コールスローサラダ
ヨーグルト
(408kcal/1.2g)

10月27日(日) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

赤魚の塩麴焼き

かぶと春菊の甘酢和え
ご飯
赤だし

(402cal/3.4g)

NOODLE



きつねそば

かぶと春菊の甘酢和え
山芋海老湯葉包み

(496kcal/4.7g)

フェアメニュー



鶏手羽先の甘辛唐揚げ

かぶと春菊の甘酢和え
ご飯
赤だし

(574kcal/1.6g)

+。* 名古屋めし*。+

10月27日(日) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

鱈のリヨネーズ焼き

くるみとチーズのサラダ
ブロッコリーのガーリックソテー
ご飯/スープ
デザート

(635kcal/2.8g)

逸品ディナーセット



国産牛肉の ボルシチ

くるみとチーズのサラダ
パン
スープ

(719kcal/3.4g)

PWSキッチン



海老と季節野菜の 天丼

モロヘイヤとオクラの
お浸し

味噌汁

(633kcal/3.8g)

10月28(月) 朝食メニュー



和食

ほっけの干物

金平ごぼう
ご飯・味噌汁
スムージー
(489kcal/5.1g)

洋食



アスパラ入り オムレツ

グリーンサラダ
パン
スープ
スムージー

(641kcal/3.1g)

Soup&Bowl



ほたて雑炊

金平ごぼう
スムージー

(413kcal/2.1g)

10月28日(月) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

チキンソテー シャリアピンソース

海老とブロッコリーのレモンマリネ

パン

スープ

(530cal/3.1 g)

NOODLE



ボンゴレロッソ

海老とブロッコリー
のレモンマリネ
スープ

(549kcal/5.6g)

フェアメニュー



タッカンジョン
(鶏の甘辛炒め)

ぜんまいナムル
ご飯
スープ

(896kcal/4.0g)

韓国フェア

10月28日(月) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

豚と山芋の土佐焼き

もずくの酢の物
里芋のそぼろあんかけ
ご飯/味噌汁
デザート

(760kcal/4.7g)

逸品ディナーセット



五目ちらし寿司

もずくの酢の物
味噌汁

(589kcal/4.8g)

PWSキッチン



たいめいけんの ハヤシライス

レッドキャベツと
ビーツのラペ
スープ

(413kcal/2.1g)

10月29(火) 朝食メニュー



和食

しらす入り玉子焼き

インゲンの胡麻和え
ご飯・味噌汁
ヨーグルト
(531kcal/3.4g)

洋食



サーモンとアボカドの ライ麦サンド

ヤングコーンの
サラダ
スープ
ヨーグルト

(583kcal/4.0g)

Soup&Bowl



クラムチャウダー

ヤングコーンの
サラダ
パン
ヨーグルト

(476kcal/2.6g)

10月29日(火) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

めばるの竜田揚げ
香り生姜ソース

茄子の薬味だれ
ご飯
すまし汁
(505cal/3.3g)

NOODLE



肉うどん
温泉玉子添え
茄子の薬味だれ
豆腐のふわふわ揚げ
(903kcal/5.8g)

フェアメニュー



ピリ辛牛肉クッパ
茄子の薬味だれ
デザート
(692kcal/3.6g)

10月29日(火) 夕食メニュー



ガーデンディナーセット

銀鱈の黄金焼き

モロヘイヤの柚子風味和え
茶碗蒸し
ご飯/味噌汁
デザート

(681kcal/5.1g)

逸品ディナーセット



薩摩雅鶏の チキン南蛮

モロヘイヤの柚子風味和え
ご飯
味噌汁

(860kcal/3.5g)

PWSキッチン



たいめいけんの ハヤシライス

根菜マリネ
スープ

(513kcal/4.7g)

10月30(水) 朝食メニュー



和食

つくねと野菜の煮物

味付けのり
漬物
ご飯・味噌汁
スムージー
(562kcal/3.2g)

洋食



ほうれん草の 巣ごもり焼き

豆サラダ
パン
スープ
スムージー

(630kcal/3.7g)

Soup&Bowl



サラダボウル (ハーブチキン)

パン
スープ
スムージー

(400kcal/2.7g)

10月30日(水) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

豚肉のハーブパン粉焼き

大根サラダ

パン

スープ

(535cal/4.0g)

NOODLE



鶏白湯ラーメン

大根サラダ

水餃子

(619kcal/9.2g)

フェアメニュー



ビビンバ

大根サラダ

スープ

(526kcal/4.5g)

10月30(水) 朝食メニュー



和食

つくねと野菜の煮物

味付けのり
漬物
ご飯・味噌汁
スムージー
(562kcal/3.2g)

洋食



ほうれん草の 巣ごもり焼き

豆サラダ
パン
スープ
スムージー
(630kcal/3.7g)

Soup&Bowl



サラダボウル (ハーブチキン)

パン
スープ
スムージー
(400kcal/2.7g)

10月31(木) 朝食メニュー



和食

鱈の幽庵焼き

ほうれん草の山かけ
ご飯・味噌汁
ヨーグルト

(388kcal/4.3g)

洋食



スクランブルエッグ ベーコン添え

きのこサラダ
パン
スープ
ヨーグルト

(577kcal/3.1g)

Soup&Bowl



中華粥 ザーサイ添え

きのこサラダ
ヨーグルト

(353kcal/2.7g)

10月31日(水) 昼食メニュー



ガーデンランチセット

本鰯の煮つけ

海藻の酢の物
ご飯/味噌汁
(456cal/2.7g)

🎃 ハロウィンプレート 🎃



鶏肉のディアブルソース焼き

スープ
デザート
(1072kcal/3.7g)

10月31日(木) 夕食メニュー



逸品ディナーセット

ガーデンディナーセット

魚介のミックスフライ
(海老クリームコロッケ・白身魚フライ
・イカフライ)

蒸し鶏の黒胡麻クリーム和え
アンチョビポテト
ご飯/スープ
デザート

(734kcal/5.4g)

PWSキッチン



たいめいけんの
ハヤシライス

蒸し鶏の黒胡麻クリーム和え
スープ

(530kcal/4.4g)

はまポークの生姜焼き

蒸し鶏の黒胡麻クリーム和え
ご飯
味噌汁

(606kcal/3.4g)

