

## ◆旬の味わい・・・

たぬきそば	607kcal
盛岡冷麺	431kcal
ミ二梅ご飯	231kcal

## ◆限定ランチ・・・

日替わりランチ①（豚肉のポン酢炒めと鶏唐甘酢あん）	1379kcal
日替わりランチ②（豚肉の生姜焼きと鶏唐胡麻ポン酢）	1329kcal
日替わりランチ③（豚肉と野菜のピリ辛炒めと鶏の唐揚げ）	1376kcal
日替わりランチ④（豚肉の黒胡椒炒めと鶏唐の梅ソース）	1382kcal
天狗ランチ	672kcal
鶏の唐揚げ6個セット	1081kcal
鶏の唐揚げ10個セット	1292kcal
鶏肉と野菜の甘酢あんセット	974kcal
自家製タルタルのチキン南蛮セット	1279kcal
彩り天重（漬物・味噌汁付き）	873kcal
肉豆富と鶏の唐揚げセット	1215kcal
ミ二天井とざるそばセット	744kcal
特選牛のすき焼き鍋セット	835kcal
サラダうどん	567kcal
野菜増し	97kcal

## ◆御膳メニュー・・・

特選牛すき焼き鍋和食膳	1063kcal
肉豆富 和食膳	902kcal
天狗特選旬彩御膳	873kcal
肉豆富 小鉢膳	855kcal
豆腐と鶏肉のとろとろ煮 小鉢膳	666kcal
真ほっけの一夜干し 小鉢膳	780kcal
さばの一夜干し 小鉢膳	788kcal
銀だら西京焼き 小鉢膳	905kcal
金目鯛の煮つけ 小鉢膳	904kcal
特選牛すき焼き鍋 彩り膳 (そば) / (茶碗蒸し)	1100kcal 998kcal
銀だらの西京焼き 彩り膳 (そば) / (茶碗蒸し)	1018kcal 916kcal
カキフライ 彩り膳 (そば) / (茶碗蒸し)	882kcal 780kcal
さばの味噌煮 彩り膳 (そば) / (茶碗蒸し)	841kcal 739kcal
鶏肉と野菜の甘酢あん 彩り膳 (そば) / (茶碗蒸し)	1239kcal 1137kcal
豆腐と鶏肉のとろとろ煮彩り膳 (そば) / (茶碗蒸し)	779kcal 677kcal
チキン南蛮 彩り膳 (そば) / (茶碗蒸し)	1542kcal 1440kcal
金目鯛の煮つけ 彩り膳 (そば) / (茶碗蒸し)	1017kcal 915kcal

◆セット・麺メニュー・・・

肉豆腐と天ぶら盛り合わせ膳	1023kcal
肉豆腐と鶏の唐揚げ10個セット	1631kcal
肉豆腐とサイコロステーキセット	1065kcal
サイコロステーキセット	726kcal
特盛りサイコロステーキセット	905kcal
大盛りサイコロステーキセット	1110kcal
野菜たっぷりカットステーキセット	793kcal
自家製肉じゃがと鯖の一夜干しセット	1029kcal
天盛せいろそば	617kcal
鴨南蛮そば	502kcal
カレー南蛮そば	729kcal
海老天せいろそば	542kcal
海老天そば	612kcal
サラダうどん	567kcal
野菜増し	97kcal
甘海老のかき揚げ天そば	629kcal
甘海老のかき揚げ天せいろそば	589kcal
ざるそば	383kcal
温そば	404kcal
ざるうどん	373kcal
温うどん	352kcal
ミニざるそば	211kcal
ミニ温そば	209kcal
ミニ天丼	358kcal
ミニねぎとろ丼	305kcal
三元豚ロースかつ重	979kcal
牛焼肉重	923kcal
海鮮重	704kcal
ねぎとろ重	648kcal
海鮮千両ちらし	951kcal
うな重(半身)	643kcal
うな重特上	982kcal
うな玉重	1030kcal
海老天重	915kcal
お子様ハンバーグランチ	587kcal
ハンバーグと選べるお子様丼セット	505kcal
選べるお子様麺セット	231kcal
お子様まぐろたたき丼	223kcal
お子様天丼	274kcal
お子様うどん	204kcal
お子様そば	243kcal
お子様カレー	247kcal

**◆サラダ・・・**

アボカドとチキンのサラダ（大）	508kcal
アボカドとチキンのサラダ（小）	272kcal
和風じゃこサラダ（大）	250kcal
和風じゃこサラダ（小）	189kcal
フレッシュピーマンポテトサラダ	142kcal
秘伝の磯辺風ポテトサラダ	310kcal

**◆豆腐・・・**

豆腐と鶏肉のとろとろ煮	179kcal
肉豆腐	368kcal
本格麻婆豆腐	227kcal
厚揚げ豆腐葱たっぷり	262kcal
じゃこねぎ冷奴	168kcal

**◆魚介・・・**

まぐろのぶつ切り	76kcal
サーモンの刺身	144kcal
しめ鯖	195kcal
真いかの姿造り（ゲソ天ぶら付き）	299kcal
真いかの刺身	121kcal
まぐろユッケ	136kcal

**◆焼き鳥・焼/煮魚・・・**

焼き鳥	293kcal
つくね	81kcal
さばの一夜干し（半身）	301kcal
真ほっけの一夜干し（半身）	293kcal
銀だら西京焼き	418kcal
金目鯛の煮つけ	417kcal
さばの味噌煮	241kcal
真いか焼き	244kcal

**◆鉄板・オープン料理・・・**

サイコロステーキ	391kcal
大サイコロステーキ	570kcal
特大サイコロステーキ	775kcal
野菜たっぷりカットステーキ	458kcal
ソーセージ（4本）	367kcal
椎茸のステーキ	146kcal
バターコーン	211kcal

**◆揚げ物・・・**

若鶏の唐揚げ（5個）	477kcal
若鶏の唐揚げ（10個）	954kcal
若鶏の唐揚げ（15個）	1431kcal
フライドポテト	402kcal
しゃかしゃかポテトフライ（コンソメ）	379kcal
しゃかしゃかポテトフライ（バター醤油）	402kcal
ごぼうチップ	202kcal
カキフライ	273kcal
自家製タルタルチキン南蛮	944kcal
天ぷら盛合わせ	349kcal
アボカドの天ぷら	523kcal
真いかのおつまみ天ぷら	227kcal
蕎麦屋のおつまみ鶏天	152kcal
甘海老の唐揚げ	170kcal
国産鶏ささみの梅しそ天ぷら	371kcal
ちくわ磯辺揚げ	217kcal
ヤングコーンの塩味揚げ	197kcal
手羽先の唐揚げ	242kcal
揚げ茄子生姜	140kcal
オクラ唐揚げカレー風	160kcal
鶏肉と彩り野菜の甘酢あん	639kcal

**◆酒肴・一品・・・**

自家製玉子焼き（3切れ）	322kcal
自家製玉子焼き（6切れ）	643kcal
枝豆	135kcal
茶碗蒸し	109kcal
きゅうりの浅漬け	14kcal
カシューナッツ	334kcal
名物もつ煮	209kcal
自家製肉じゃが	260kcal
牛すき焼き鍋	500kcal
牛もつ鍋（大）	298kcal
牛もつ小鍋	174kcal

**◆自家製餃子・逸品料理・・・**

焼き餃子（5個）	258kcal
焼き餃子（10個）	516kcal
焼き餃子（20個）	1032kcal
蒸ししゅうまい 1個	130kcal
鉄板ナポリタン	555kcal
じゃことチーズのバリバリ焼き	220kcal

### ◆ご飯セットその他・・・

ミニ天丼（漬物付）	358kcal
ミニねぎとろ丼（漬物付）	305kcal
ねぎとろ手巻き	302kcal
トロたく手巻き	324kcal
おかかおにぎり	181kcal
かりかり梅おにぎり	156kcal
五穀米セット（五穀米ご飯・漬物・味噌汁）	367kcal
ご飯セット（ご飯・漬物・味噌汁）	335kcal

### ◆デザート・・・

小豆白玉ぜんざい	251kcal
白玉抹茶アイス	189kcal
オムクレープ	277kcal
バニラアイス&チョコ盛り合わせ	234kcal
プチシューパフェ	316kcal
自家製プリンパフェ	322kcal
自家製プリン	203kcal
バックトゥザ・昭和のプリンアラモード	360kcal
きなこ白玉アイス	204kcal
自家製生チョコレート	169kcal
チョコレートアイス	121kcal
玉露濃茶のアイス	94kcal
クリーミークリーミーチーズケーキ	180kcal

- ※メニューに併記されているカロリーは、各メーカーなどから得た計算値、「五訂日本食品標準成分表」に基づいた計算値を合わせて算出しておりますが、季節による食材の変更や調理状況により、誤差が生じる場合があります。お食事の際のおおよその目安としてご覧ください。
- ※期間特別メニューや セットメニューなどの一部、小鉢商品については、各单品ごとの個別掲載、もしくは割愛している商品がございます。ご了承ください。
- ※一部の店舗におきましては、提供の内容が異なる場合やお取り扱いのない場合がございます。ご了承ください。
- ※ご飯のセットは白米ご飯で算出しております。