

鹿児島県産黒豚使用

夏のスタミナ

民芸の牛たん

写真

【牛たん2枚】
1,710円 (税込1,880円)

【牛たん3枚】
1,928円 (税込2,120円)

写真

牛たん2枚

1118kcal

塩分/8.6g

(内つゆ類数値)

56kcal

塩分/3.5g

※牛たんは半分にカットしています。

もち麦ご飯

北海道産とろろ

写真

牛たん4枚

1037kcal

塩分/9.1g

(内つゆ類数値)

27kcal

塩分/1.6g

※牛たんは半分にカットしています。

『牛たん民芸定食』

写真

【牛たん4枚】
1,891円 (税込2,080円)

【牛たん3枚】
1,673円 (税込1,840円)

厳選した北海道産とろろをもち麦ご飯にかけてお召し上がりください。

厳選素材

牛たん

筋肉を作るたんばく質や代謝をサポートするビタミンB類が豊富に含まれております。

北海道産とろろ

良質なたんばく質やミネラルを多く含んでおり、高血圧予防に効果があるとされています。

国産もち麦

水溶性食物繊維を多く含んでおり、糖質の吸収を抑えるなど様々な働きがあるとされています。

季節の逸品

写真

牛たん3枚

1,210円 (税込1,330円)

270kcal

塩分/4.1g

【牛たん4枚】
1,428円 (税込1,570円)

324kcal

塩分/4.2g

※牛たんは半分にカットしています。

『牛たん&生ビール(中ジョッキ)セット!』

通常価格より250円(税込)お得!

『牛たん3枚+生ビールセット』
1,510円 (税込1,660円)

『牛たん4枚+生ビールセット』
1,728円 (税込1,900円)

『生ビール(中ジョッキ)』
通常価格528円 (税込580円)

夏
の
ご
ち
そ
う

厳選
素材

うなぎ
一
尾

鹿児島県産

国産うなぎ

うなぎ一尾の『うなぎ重セット』

3,264円 (税込3,590円)

鹿児島県産

うなぎにはビタミンAをはじめ、身体に大切な栄養素が豊富です。
国産うなぎならではのふくらとしたおいしさを是非お楽しみください。

1090kcal 塩分/6.5g (内つゆ類数値 27kcal 塩分/1.6g)

大海老天
おろしそば

にぎり寿司3貫セット

写真

1,682円 (税込1,850円)

単品

1,182円 (税込1,300円)

単品

737kcal

塩分/3.4g

自慢の大海老天ぷらと特製つけ汁の相性抜群！
お好みでピリ辛揚げ玉を入れてお召し上がりください。

赤い揚げ玉が
ピリッと後引くおいしさ！

ピリ辛
揚げ玉

『大海老天つけ汁うどん』

1,119円 (税込1,230円)

573kcal 塩分/4.3g (内つゆ類数値 56kcal 塩分/3.5g)

『おいしく楽しく適正糖質』

民芸こだわりの味わい深い
牛たんをお楽しみいただける
からだにやさしい御膳です。

糖質
39g

581kcal 塩分/6.9g (内つゆ類数値 7kcal 塩分/1.5g)

ロカボ

ロカボでは1食で摂取する糖質を
20～40グラムにするという適正糖質を
提唱しています。

『民芸の
牛たんロカボ膳』

1,628円 (税込1,790円)

・民芸の
こだわり牛たん
・まぐろのお刺身
・彩り野菜の
わさびマヨネーズ
・茶碗蒸し
・カリフラワー
ライス入り
ミニ香味ご飯
・みそ汁

私たちは サガミホールディングスの
グループです

注 ●うどんとそばを同じ釜で茹でております。●カロリー、食塩表示は日本食品標準成分表(7訂)による計算値であり、お客様が食事をされるときのおおよその目安として表示しております。
●表記してあります全ての「カロリー・塩分」数値は、つゆ等を完食された場合の数値です。●夜10:00以降ご来店のお客様には10%の深夜料金を頂戴致します。