



味の民会

GRAND MENU

和食のおもてなし
おしながき

厳選
素材

からだに
おいしい
大切な食事からバランスよく栄養を
摂取して健康を保ちましょう。

からだに
やさしい

「おいしく楽しく適正糖質」
それがロカボです。
食後の血糖値上昇を抑える事で
生活習慣病の予防にもなります。





『上にぎり
寿司御膳』

1,537円
(税込1,690円)

ミニデザート付
写真 1,628円
(税込1,790円)

一本
煮あなご
寿司6貫
厚焼き玉子

1073kcal 塩分/8.3g (内20種類数値) 51kcal 塩分/4.2g

厳選したネタを
色とりどりに盛り付けた、
贅沢御膳です。

『蟹鍋かけの
自家製豆腐』で
ご提供



『蟹鍋かけの
自家製豆腐』で
ご提供

厚焼き玉子
寿司4貫

924kcal 塩分/7.4g (内20種類数値) 51kcal 塩分/4.2g

『にぎり寿司御膳』

ミニデザート付
写真 1,446円 (税込1,590円) 1,355円 (税込1,490円)



『蟹鍋かけの
自家製豆腐』で
ご提供

786kcal 塩分/4.6g (内20種類数値) 22kcal 塩分/2.7g

北海道産とろろ付『まぐろづくし重』

茶碗蒸しセット
写真 1,701円 (税込1,870円) お重とろろ付 1,428円 (税込1,570円)



北海道産
とろろ

韃
民
そば
芸

北海道産『満天きりり』使用。
韃韃そばは、ポリフェノール的一种である、
機能性成分「ルチン」が
普通のそばの100倍含まれています。

『大海老天相盛りそば』
1,428円(税込1,570円)

759kcal 塩分/4.2g (内つゆ類数値) 60kcal 塩分/3.9g

から
おい
だ
じ



『大海老天重』
1,391円
(税込1,530円)



食
満
天
大海老

さくつとした衣で楽しむ
ポリユーム満点の
大海老天ぷら。



『大海老天
セイロうどん』
1,282円
(税込1,410円)

709kcal 塩分/5.3g (内つゆ類数値) 58kcal 塩分/3.6g



『大海老天付
田舎風
煮浸しうどん』
1,219円
(税込1,340円)
田舎風煮浸しうどん
919円
(税込1,010円)

670kcal 塩分/5.2g (内つゆ類数値) 55kcal 塩分/3.2g

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。



黒毛和牛

『黒樺牛 ステーキ御膳』

2,682円
(税込2,950円)

芳醇な香りの良質な脂と、
甘味の強い赤身を
ご堪能ください。

『蟹銘かけの
自家製豆腐』で
ご提供

・黒樺牛
ステーキ
まぐろの
お刺身
・茶碗蒸し
・手延うどん
・ご飯
・香の物

123kcal 塩分/7.2g (内つゆ類数値) 78kcal 塩分/3.6g

黒樺牛

くろはなぎゅう



厳選した黒毛和牛をお好みの
焼き加減でお召しあがりください。

『黒樺牛ステーキの陶板焼』

1,982円 (税込2,180円)

665kcal
塩分/3.4g

『蟹銘かけの
自家製豆腐』で
ご提供



黒毛和牛

『黒樺牛ステーキ重』

2,437円 (税込2,680円)

1283kcal 塩分/4.9g
(内つゆ類数値) 15kcal 塩分/1.2g



「蟹絡かけの
自家製豆富」で
ご提供

特製卵黄だれで
味わう
宇和島風

1057kcal 塩分7.4g (肉つゆ類数値) 44kcal 塩分2.7g

宇和島風

『鯛めし御膳』

1,582円 (税込1,740円)

オススメの召し上がり方
一、たれと菜味をよく混ぜる。
二、鯛を特製たれで漬けて味わう。
三、たれを井にかけて豪快に!



民芸の

鯛

めし

国産真鯛使用



「蟹絡かけの
自家製豆富」で
ご提供

香ばしい
ごま和えて楽しむ
博多風

1046kcal 塩分6.8g (肉つゆ類数値) 50kcal 塩分3.0g

博多風

『鯛めし御膳』

1,582円 (税込1,740円)

オススメの召し上がり方
一、そのまま胡麻だれで
二、出汁と菜味を入れて、
絶品だし茶漬けに



「蟹絡かけの
自家製豆富」で
ご提供

1210kcal 塩分7.7g (肉つゆ類数値) 51kcal 塩分4.2g

民芸和膳 『**大海老天ぷら和膳**』

1,628円 (税込1,790円)

- ・大海老天ぷら
- ・盛り合わせ
- ・まぐろのお刺身
- ・三ツ仕切り
- ・煮浸し野菜
- ・和え物
- ・桜海老おろし
- ・手延べうどん
- ・茶碗蒸し
- ・ご飯
- ・香の物

注 ●うどんとそばと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、つゆ等を完全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。

『海鮮長崎ちゃんぽんうどん』
選べるミニ井セット

1,564円
(税込1,720円)

単品
1,200円
(税込1,320円)

単品 780kcal ■ 塩分/8.7g (内つゆ類数値 494kcal ■ 塩分/6.6g)

白湯スー
プ

『皿うどん』
選べるミニ井セット

1,301円
(税込1,430円)

単品
937円
(税込1,030円)

単品 894kcal ■ 塩分/9.2g

ココのある白湯スープに
たっぷりの野菜がよく合います。

1日分のたっぷり野菜
サブロク

『360長崎ちゃんぽんうどん』
1,091円(税込1,200円)

688kcal ■ 塩分/8.0g (内つゆ類数値 114kcal ■ 塩分/6.6g)

風醬
味油

民芸ちゃんぽんうどん
568kcal ■ 塩分/6.8g
(内つゆ類数値 35kcal ■ 塩分/0.9g)

10

味の民芸の定番ちゃんぽんうどん。
野菜と豚バラ肉のうまみが
スープに溶け込んでいます。

ピリ辛
ちゃんぽんうどん

ピリ辛ちゃんぽんうどん
631kcal ■ 塩分/6.9g
(内つゆ類数値 152kcal ■ 塩分/6.6g)

白湯
スー
プ

たっぷり野菜
+180円(税込)
1日分の野菜
360g

『ちゃんぽんうどん各種』
各928円(税込1,020円)

長崎ちゃんぽんうどん 647kcal ■ 塩分/8.0g
(内つゆ類数値 114kcal ■ 塩分/6.6g)

新

おいしきプラス!
+300円(税込)で海鮮トッピング

ご飯

219円
(税込240円)

256kcal ■ 塩分/0g

ミニ天井 421kcal ■ 塩分/1.5g

ミニ白湯 254kcal ■ 塩分/1.6g

ミニとろろ井 241kcal ■ 塩分/1.6g

ミニたまぐろ たたき井 358kcal ■ 塩分/1.1g

ミニ味噌かつ丼

自慢の麺商品とご一緒にどうぞ。

選べる
ミニ井セット
各364円(税込400円)

●食材や香の季節によって異なる場合がございます。写真は煮込む前のため、出来上がりは多少異なります。器、盛り付け等は写真と異なる場合がございます。
●当店で共通の調理器具で、食物アレルギー特定原材料7品目を取り扱っております。●揚げ油では、海老・卵・小麦・乳も同じ油で揚げしております。



おいしい ヘルシー

糖質30%OFF手延べうどんに変更できます

糖質オフ手延べうどんに変更

+200円(税込220円)



彩りトマト増量 +220円(税込)

定番 酸辣番

単品 646kcal 塩分/8.3g (内つゆ類数値) 167kcal 塩分/7.3g

スーラー 『黒酢の酸辣うどん』甘味セット

1,273円(税込1,400円) 単品 973円(税込1,070円)



彩りトマト増量 +220円(税込)

1049kcal 塩分/11.1g (内つゆ類数値) 187kcal 塩分/7.3g
スーラー 『鶏竜田の黒酢酸辣うどん』
1,200円(税込1,320円)



野菜を食べよう

彩り野菜の『冷やし担々うどん』
選べるミニ丼セット
1,446円(税込1,590円) 単品 1,082円(税込1,190円)

単品 856kcal 塩分/5.0g (内つゆ類数値) 203kcal 塩分/3.2g



玉子とじ
『白胡椒担々うどん』
選べるミニ丼セット

1,446円(税込1,590円)
単品 1,082円(税込1,190円)

単品 937kcal 塩分/7.2g (内つゆ類数値) 409kcal 塩分/6.0g

辛さを承る
// (2辛) +30円(税込)
// (3辛) +60円(税込)



おろしヒレかつの
『カレーうどん定食』

「カレーうどん」
900円(税込990円)
1,382円(税込1,520円)

単品 659kcal 塩分/7.1g



バナニアイスの黒蜜きなこがけ



みつ豆



白玉しるこ



杏仁豆腐(あんず)

甘味 セット

各300円(税込330円)

お食事のあとに
心と甘味をどうぞ

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、つゆ等を完全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。

民芸の定番

すき焼きタレで仕上げた民芸夏の定番商品です。わさびをよく溶いてお召し上がりください。



『冷やし肉すきうどん』選べるミニ井セット
1,392円(税込1,530円) **1,028円**(税込1,130円)

大海老
 675kcal 塩分/8.0g
 (内つゆ類数値) 55kcal 塩分/3.2g

『大海老天付冷やし肉すきうどん』
1,328円(税込1,460円)

単品 860kcal 塩分/7.8g (内つゆ類数値) 55kcal 塩分/3.2g

『焼き餅のうどん』
728円(税込800円)

471kcal 塩分/3.7g
 (内つゆ類数値) 35kcal 塩分/2.8g

『黄金だしうどん』
546円(税込600円)

347kcal 塩分/3.6g
 (内つゆ類数値) 35kcal 塩分/2.8g

『民芸きつねうどん』
682円(税込750円)

556kcal 塩分/4.4g
 (内つゆ類数値) 35kcal 塩分/2.8g

『セイロうどん』
546円(税込600円)

365kcal 塩分/3.2g
 (内つゆ類数値) 41kcal 塩分/2.4g

『天ぷら付セイロうどん』

写真 セイロうどん **1,237円**(税込1,360円)
 単品 セイロうどん **1,055円**(税込1,160円)

写真 セイロうどん 1007kcal 塩分/6.0g
 (内つゆ類数値) 58kcal 塩分/3.5g

『鴨汁つけうどん』天ぷら付

1,291円(税込1,420円)
 単品 **955円**(税込1,050円)

単品 668kcal 塩分/4.3g
 (内つゆ類数値) 56kcal 塩分/3.5g

うどんの量を
 変更できます。

うどん大盛
 (1.5人前になります)
+140円(税込)

糖質30%OFF
 手延べうどんに
 変更
+200円
 (税込220円)

自慢の麺商品とご一緒にどうぞ。

ご飯 **219円**(税込240円)
 256kcal 塩分/0g

ミニ天井 **421kcal** 塩分/1.5g

ミニどろろ井 **254kcal** 塩分/1.6g

ミニまぐろたたき井 **241kcal** 塩分/1.6g

ミニ味噌かつ井 **358kcal** 塩分/1.1g

選べるミニ井セット **各364円**(税込400円)

●食材や香の物は季節によって異なる場合がございます。写真は煮込む前のため、出来上がりは多少異なります。器、盛り付け等は写真と異なる場合がございます。
 ●当店で共通の調理器具で、食物アレルギー特定原材料7品目を取り扱っております。●揚げ油は、海老・卵・小麦・乳も同じ油で揚げしております。

そばの量を
変更できます。

そば大盛
(1.5人前になります)

+140円
(税込)

『セイロそば』

655円
(税込720円)

412kcal
塩分/2.8g
(内つゆ類数値
43kcal
塩分/2.8g)



694kcal | 塩分/5.0g (内つゆ類数値) 60kcal | 塩分/3.9g

『大海老天セイロそば』 1,391円 (税込1,530円)



『鴨汁つけそば』 選べるミニ丼セット

1,428円 (税込1,570円) 単品 1,064円 (税込1,170円)



単品 628kcal | 塩分/4.8g (内つゆ類数値) 93kcal | 塩分/3.5g

オリジナル焼き豚『ぶり辛つけ汁そば』 選べるミニ丼セット

1,401円 (税込1,540円) 単品 1,037円 (税込1,140円)



温冷
お湯の
いただけます。

単品 476kcal | 塩分/6.3g (内つゆ類数値) 76kcal | 塩分/5.1g

『とろろそば』 選べるミニ丼セット

1,283円 (税込1,410円) 単品 919円 (税込1,010円)



鹿児島県産
黒豚

『黒豚つけそば』

1,100円 (税込1,210円)

『あつかり
黒豚つけそば』
選べるミニ丼セット

1,464円
(税込1,610円)



『天ぷら付
二味大根そば』

1,100円
(税込1,210円)

884kcal | 塩分/5.3g (内つゆ類数値) 182kcal | 塩分/3.8g



野菜食べ

蒸し鶏
たんぱく質

トマト
リコピン

三種類のトマトを
たっぷり使用した
栄養豊富な冷かけそば

単品 505kcal | 塩分/6.6g (内つゆ類数値) 116kcal | 塩分/6.1g

『彩りトマトの冷製そば』 甘味セット

1,382円 (税込1,520円) 単品 1,082円 (税込1,190円)



和風ドレッシング

じゃこど大根の
サラダ
47kcal | 塩分/0.4g
【ドレッシング除く】



白ごまドレッシング

豆腐わかめの
サラダ
63kcal | 塩分/0.5g
【ドレッシング除く】

サラダ
セット
364円
(税込400円)



からい
おいし

こんにやく
ライス使用
低糖質
糖質30%オフ
ミニ天丼

382円
(税込420円)

321kcal | 塩分/1.2g



にぎり
寿司3貫

【まぐろのみ 海老】

500円 (税込550円)
148kcal | 塩分/2.5g



おろしヒレかつと
ご飯セット

582円 (税込640円)
584kcal | 塩分/2.1g

自慢の
麺とご一緒に

【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、つゆ等を完全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。



「蟹鍋かけの
自家製豆腐」で
ご提供

1186kcal 塩分/8.9g
27kcal (内つゆ類数値)

三元豚の『ロースかつ煮定食』
1,237円(税込1,360円)



1495kcal 塩分/6.3g (内つゆ類数値) 80kcal 塩分/5.4g

伝統の味『民芸すき焼き定食』
1,428円(税込1,570円)



お重ごはん 1194kcal 塩分/10.9g
15kcal (内つゆ類数値) 塩分/1.2g

三元豚の『やわらかかつ重』(小うどん・香の物付)
サラダ・うどんセット 1,337円(税込1,470円)
お重うどん 973円(税込1,070円)



単品 68kcal 塩分/7.8g
111kcal (内つゆ類数値) 塩分/3.8g

民芸の味『肉すきうどん』ご飯セット
1,238円(税込1,360円) 単品 1,019円(税込1,120円)



単品 76kcal 塩分/7.0g
184kcal (内つゆ類数値) 塩分/6.0g

『尾張風味噌煮込みうどん』選べるミニ丼セット
1,383円(税込1,520円) 単品 1,019円(税込1,120円)



岩手県産
純和鶏

噛むほどにコクを感じる
旨みの濃い純和鶏を
民芸自慢のだしで仕立てました。

創業の味
伝
統の味

創業の味

単品 69kcal 塩分/5.2g (内つゆ類数値) 74kcal 塩分/4.0g

『民芸鍋焼きうどん』にぎり寿司3貫セット
1,519円(税込1,670円) 単品 1,019円(税込1,120円)

●食材や香の物は季節によって異なる場合がございます。写真は煮込む前のため、出来上がりは多少異なります。器、盛り付け等は写真と異なる場合がございます。
●当店で共通の調理器具で、食物アレルギー特定原材料7品目を取り扱っております。●揚げ油では、海老・卵・小麦・乳も同じ油で揚げしております。

からだにうれしい

大切な食事からバランスよく 栄養を摂取して健康を保ちましょう。



こんにゃくライスの
海鮮雑炊

からだに
うれしい

たんぱく質 42g

糖質 39g

779kcal 塩分/6.6g (内つゆ類数値) 7kcal 塩分/1.5g

『民芸ロカボ御膳』 1,582円(税1,740円)



極端な糖質抜きではなく、おいしく楽しく適正糖質を摂ることで、生活習慣病などの予防になります。ロカボでは1食で摂取する糖質量を20~40gにするという適正糖質を提唱しています。

詳しくは「ロカボ オフィシャルサイト」をご覧ください。

私たちは サガモホールディングスのグループです



野菜を食べよう

大豆ミートはお肉のような食感ながら低カロリー・低糖質。さらに高たんぱくで食物繊維もたっぷり。民芸こだわりのおいしさを、もっとヘルシーに!

たんぱく質 26g

単品 728kcal 塩分/7.3g

大豆ミートの『ごろっと野菜キーマカレーうどん』糖質オフミニ天丼セット

1,464円(税1,610円) 1,082円(税1,190円)

おこさまメニュー

MINJEI KIDS MENU

お子様に大人気!!

ガチャコイン 228円(税250円)

得 おこさまメニューと一緒に 200円(税220円)



じぶんでまきまき♪ たのしいおすし!

えらんでね! あったかいうどん つめたいうどん

まぐろ たまご サイモン まぐろたたき

小麦 卵 397kcal 塩分/4.0g (内つゆ類数値) 19kcal 塩分/2.5g

おこさま てまぎずしセット (小うどんつき) 728円(税800円) 928円(税1,020円)



おこさま てんぷらそば 573円(税630円) ガチャコイン付 773円(税850円)

えび 小麦 そば 卵

284kcal 塩分/2.6g (内つゆ類数値) 32kcal 塩分/2.5g



おこさま カレーライスプレート 464円(税510円) ガチャコイン付 664円(税730円)

小麦 卵 乳

364kcal 塩分/0.8g



おこさま えびてんうどんセット 491円(税540円) ガチャコイン付 691円(税760円)

えび 小麦 卵 乳

401kcal 塩分/2.2g (内つゆ類数値) 20kcal 塩分/1.6g



7大アレルゲンを使用していません。

低アレルゲンカレー 300円(税330円) ガチャコイン付 500円(税550円)



おこさま うどん 200円(税220円) ガチャコイン付 400円(税440円)

小麦

181kcal 塩分/2.2g (内つゆ類数値) 20kcal 塩分/1.6g



おこさまドリンク 各100円(税110円)


●リンゴ 47kcal 塩分/0g
●オレンジ 41kcal 塩分/0g
●メロンソーダ 48kcal 塩分/0g

アレルゲンの表示について [えび・かに・小麦・そば・卵・乳・落花生]を含む食材を使用したメニューには、次のマークを表示しています。

えび えび由来の物質を含む かに かに由来の物質を含む 小麦 小麦由来の物質を含む そば そば由来の物質を含む 卵 卵由来の物質を含む 乳 乳並びに乳由来の物質を含む 落花生 落花生(ピーナッツ)由来の物質を含む


●うどんとそばは同じ釜で茹でております。●えだまめは誤って気管に入る可能性があります。特に小さなお子様にはご飲食の際ご注意ください。●おこさま用のうどんは短くお切りして提供させていただきます。●「おこさまメニュー」のご注文は、小学生以下のお客様に限らせていただきます。●ケチャップのカロリー、塩分は含まれておりません。

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(訂正)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、つゆ等を完全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。




一 長時間熟成し、丹念につくりあげた 伝統の『手延べうどん』

熟成を重ね、繰り返し十時間以上延ばしてつくる「手延べうどん」。てまひまをかけるからこそ生まれる、ツルツルとしたなめらかな舌触りともちもちとした独特なコシが特徴です。



二 毎日店舗で手づくり。 無添加の『黄金だし』

手づくり無添加でつくる、味の原点『黄金だし』。毎日店舗で最高級と称される『利尻昆布』と厳選された『削り節』をふんだんに使い、てまひまかけて作製します。





三 おいしさにこだわり。 秘伝の『かえし』『たれ』

つゆや料理の「深み」と「広がり」の決め手「かえし」「たれ」。
最高のおもてなし料理を提供するため、こだわり続けています。



◀WEBにてメニューを
ご覧いただけます。
【QRコードを読み込んでください】

私たちは  サガミホールディングスのグループです

 味の民芸フードサービス株式会社 <http://www.ajino-mingei.co.jp/>



飢餓から救う。
未来を救う。

WFP
国連世界食糧計画

サガミグループの売上の一部は、
レッドカップキャンペーンを通じて
国連WFPの「学校給食支援」に役立てられます。
<http://www.jawfp.org/redcup/>