

からだに おいじい

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 やきじい

「おいしく楽しく適正糖質」

それが口カボです。

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。



味の民芸

和食のおもてなし

おしながき

GRAND MENU



カセットコンロで
ご提供いたします

※お鍋はお席で
煮ていただきます。

黒大豆ピリ辛味噌と
胡麻の力で免疫力アップ

黒

コラーゲンたっぷり
白湯スープで
ツルツル美肌

白

ピリ辛味噌と
旨辛スープで
脂肪燃焼・疲労回復

赤

1日分の野菜
360g

Nabe-Udon with Japanese
Beef Offal (served hot in a pan)

No.159 Spicy Jjigae Flavor

No.160 Chicken soup Flavor

No.161 Miso Bean Paste Flavor

each 1,850 yen

double the amount of matsu (offal) +750 yen

もつ鍋うどん赤 859kcal 塩分/7.2g (内つゆ類数値 152kcal 塩分/5.6g)

もつ鍋うどん白 679kcal 塩分/8.7g (内つゆ類数値 134kcal 塩分/8.2g)

もつ鍋うどん黒 793kcal 塩分/8.8g (内つゆ類数値 256kcal 塩分/8.2g)

No.169

Additional soup;
Spicy Jjigae Flavor

Additional soup;
Chicken soup Flavor

Additional soup;
Miso Bean Paste Flavor
each 100 yen

No.166

Additional Japanese Beef Offal
750 yen 268kcal 塩分/0.2g

No.167

Additional vegetables
280 yen 37kcal 塩分/0.0g

No.168

Additional Udon Noodles
180 yen 154kcal 塩分/0.4g

No.165

Zosui Set
200 yen 245kcal 塩分/0.5g

自慢の国産 牛もつ鍋

伝統の味

Sukiyaki beef meal and
steamed egg custard

Photo No.312 1,990 yen

Sukiyaki beef meal No.311 1,790 yen

ごはんうどん付

1385kcal 塩分/8.6g (内つゆ類数値 177kcal 塩分/6.8g)

不動の人気を誇る味の民芸伝統の味。
甘辛い割り下が牛肉と野菜の旨みを引き立たせます。

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。

●表記しております全ての「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。

厳選したネタを
色とりどりに盛り付けた、
贅沢御膳です。



糖質20%オフにぎり寿司に変更できます
※糖質20%オフにぎり寿司にはガリはつきません



注

●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。

●当店では共通の調理器具で、食物アレルギー特定原材料8品目を取り扱っております。●揚げ油では、海老・卵・小麦・乳も同じ油で揚げております。

あつあつで上品な味わいの釜めしと、
サクッとジューシーなカキフライ。
海の幸づくしの贅沢な御膳です。



広島産
牡蠣使用



Kamameshi Set Meal
with Salmon Roe (Ikura)
and Crab

No.325 1,980 yen



きめし

Kamameshi with Japanese Chicken and
a Choice of Side Dish: Tempura(option)

No.326 1,680 yen

Kamameshi with Japanese Chicken and
a Choice of Side Dish: Tuna Sashimi(option)

No.327 1,680 yen

Choice
of
Side Dish



Tempura



Tuna Sashimi

好みのおかずを
お選びください。

いくらと蟹の釜めし御膳の
おかずはカキフライです

(内つゆ類数値 1068kcal 塩分/6.3g
27kcal 塩分/1.6g)



選べるおかず 天ぷら

選べるおかず まぐろのお刺身

1058kcal 塩分/5.6g (内つゆ類数値 32kcal 塩分/2.3g)

922kcal 塩分/5.9g (内つゆ類数値 22kcal 塩分/2.7g)



Special meal including salmon
steak on a ceramic plate

No.322 2,180 yen

1211kcal 塩分/6.6g
(内つゆ類数値 42kcal 塩分/3.2g)

旅するサ~モン



日本各地のサーモンを旬に合わせて
ご提供いたします。

旨味が強く脂ののった自慢の
サーモンを是非ご賞味ください。

※サーモンは時期により産地が異なります。
詳しくは従業員までお問い合わせください。

★★★★★
A5
ランク

民芸はA5ランクに
こだわりました。

・黒毛和牛ステーキ
・まぐろのお刺身
・手延べうどん
・ご飯
・茶碗蒸し
・香の物

Special meal including
Japanese black beef
steak

No.319 3,280yen

1009kcal 塩分/6.6g (内つゆ類数値 55kcal 塩分/4.3g)

厳選
素材

黒 樺 牛

くろはなぎゅう

— A5 ランク 使用 —

熊本の自然に育まれた最高級黒毛和牛「黒樺牛」
芳醇な香りの脂と甘みの強い赤身の絶妙なバランスが
際立つ味わいをお楽しみください。

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。

Japanese black beef steak served over rice in a
lacquered box and steamed egg custard

No.310 3,190yen

Japanese black beef steak served
over rice in a lacquered box

Photo

No.309 2,990yen

お重どうどん

951kcal

塩分/5.0g (内つゆ類数値 15kcal 塩分/1.2g)

Japanese black beef steak

No.456 2,300yen



じゅわっと揚げたロースかつを
ふわふわ玉子と民芸自慢の
だしでとじました。



Seafood Sara Udon-Fried noodle starchy soy-sauce and Tuna tataki on a bowl of rice set

Photo No.113 1,960yen

Seafood Sara Udon-Fried noodle starchy soy-sauce
No.112 1,480yen

Sara Udon Fried noodle starchy soy-sauce
No.111 1,150yen

802kcal
塩分/8.5g



1日分のたっぷり野菜

Nagasaki champon udon noodles including 360g of vegetables

No.105 1,370yen

726kcal
塩分/7.7g
(内つゆ類数値
114kcal 塩分/6.6g)



Nagasaki champon udon noodles in white broth

No.104 1,150yen



Nagasaki champon udon noodles with seafood in white broth

No.108 1,480yen



Spicy champon udon noodles

No.109 1,150yen



Spicy champon udon noodles with seafood

No.110 1,480yen

風醤味油



Mingei champon udon noodles with seafood in soy-sauce and dashi soup

No.107 1,480yen

699kcal 塩分/6.1g (内つゆ類数値 59kcal 塩分/4.2g)

Mingei champon udon noodles in soy-sauce and dashi soup

No.106 1,150yen

616kcal 塩分/5.4g (内つゆ類数値 59kcal 塩分/4.2g)



Nagasaki champon udon noodles with seafood in white broth

No.108 1,480yen

765kcal 塩分/8.4g (内つゆ類数値 111kcal 塩分/6.6g)



Spicy champon udon noodles with seafood

No.110 1,480yen

699kcal 塩分/7.5g (内つゆ類数値 152kcal 塩分/5.6g)



Crab rice Bowl(mini)

750yen

No.515



Salmon roe on a bowl of rice(mini)

650yen

No.514



選べるミニ丼セット each 480yen

No.511



Tempura on a bowl of rice(mini)

394kcal 塩分/1.3g

No.512



Tuna tataki on a bowl of rice(mini)

289kcal 塩分/1.6g

No.513



Miso and pork cutlet on a bowl of rice(mini)

377kcal 塩分/1.1g

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)
+170円(税込)

糖質30%OFF
手延べうどんに
変更
+250円(税込)



単品うどん

Udon noodles
No.119 700yen

354kcal 塩分/3.2g
(内つゆ類数値) 41kcal 塩分/2.4g

Dashi udon noodles
No.120 700yen

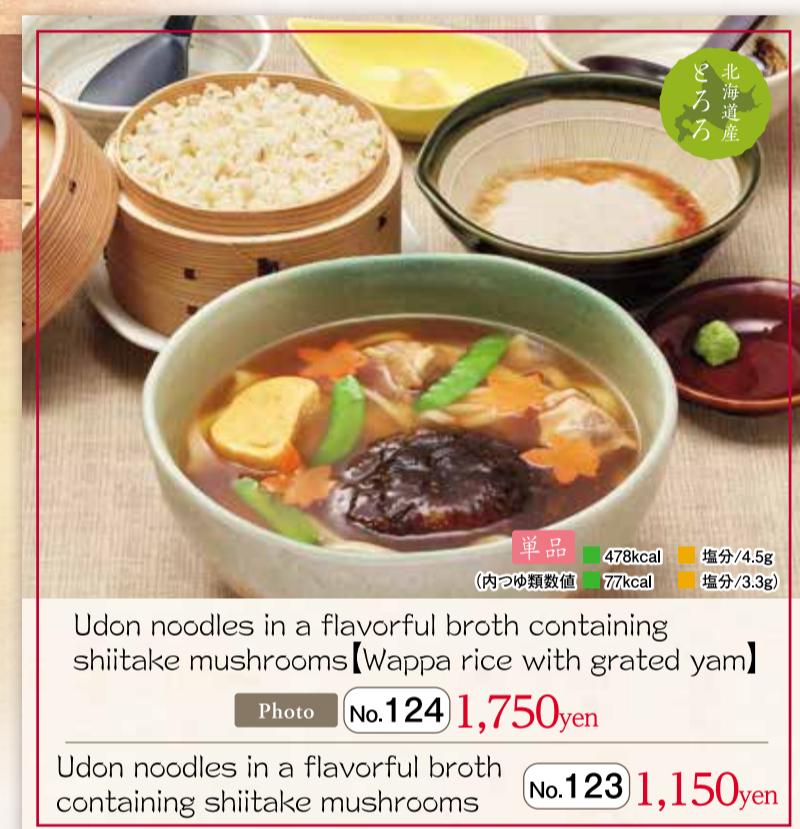
399kcal 塩分/3.6g
(内つゆ類数値) 35kcal 塩分/2.8g

Udon noodles with
deep-fried tofu
No.121 850yen

436kcal 塩分/4.0g
(内つゆ類数値) 35kcal 塩分/2.8g

Udon noodles with
toasted rice cake
No.122 930yen

471kcal 塩分/3.6g
(内つゆ類数値) 35kcal 塩分/2.8g



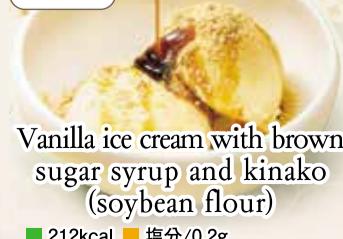
お食事のあとに
心和むひとときを

甘味セット each 350yen

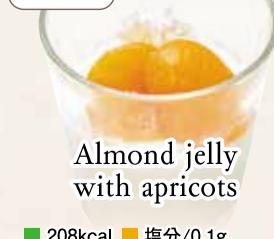
No.904



No.903



No.902



No.901



No.516



No.519



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。

●表記しております全ての「カロリー・食塩」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。



麺定食



Black Vinegar, Sour and Hot Udon Noodles Set with Fried Oysters and Rice

No.324 1,940 yen

トマト
増量
+220円
(税込)

民芸自慢の酸辣うどんと
自家製タルタルソースで食べる
広島産カキフライをご一緒にどうぞ。

1276kcal 塩分/8.7g (内つゆ類数値) 206kcal 塩分/6.2g

自慢の麺にプラス! お手軽定食セット



Hiroshima Fried Oysters and Rice

No.523 780 yen



Chicken Nanban and Rice Meal

No.521 780 yen



3 pieces of nigiri sushi and steamed egg custard

No.522 730 yen



Mingei champon udon noodles in soy-sauce and dashi soup with 3 pieces of nigiri sushi and steamed egg custard

No.321 1,880 yen

825kcal 塩分/8.8g (内つゆ類数値) 66kcal 塩分/5.7g



Photo Udon noodles in curry soup with Chicken Nanban

No.320 1,870 yen

Udon noodles in pork curry soup

No.116 1,090 yen 710kcal 塩分/7.6g

注

●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。

●当店では共通の調理器具で、食物アレルギー特定原材料8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)
+170円(税込)

No.201

Buckwheat
noodles
820yen

337kcal 塩分/2.4g
(内つゆ類数値
41kcal 塩分/2.4g)

Buckwheat noodles served separately
with dipping Berkshire pork soup and
tempura on a bowl of rice set

Photo No.208 1,830yen

Buckwheat noodles served separately
with dipping Berkshire pork soup

No.207 1,350yen

自慢の麺と
一緒に お寿司



Salmon nigiri 2 pieces
No.520 550yen 118kcal 塩分/2.1g



Conger eel nigiri sushi
No.518 490yen 116kcal 塩分/0.8g



3 pieces of nigiri sushi
No.517 600yen 133kcal 塩分/2.3g

コンニャク
ライス使用
糖質20%オフにぎり寿司
3貫に変更できます
※糖質20%オフにぎり寿司にはガリはつきません



Buckwheat noodles served separately
with dipping duck soup
[3 pieces of nigiri sushi]

Photo No.206 1,890yen

Buckwheat noodles served separately
with dipping duck soup

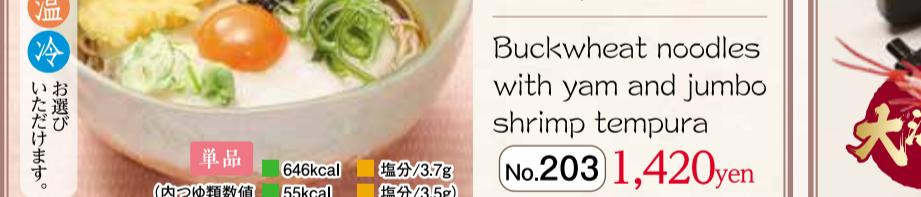
No.205 1,290yen



Buckwheat noodles
with yam and jumbo
shrimp tempura and
miso and pork cutlet
on a bowl of rice set

No.204 Photo

1,900yen



Buckwheat noodles
with yam and jumbo
shrimp tempura

No.203 1,420yen



Buckwheat
noodles with
jumbo shrimp
and other
tempura

No.209
1,640yen



糖質
39g
No.323
Low-carb meal with jumbo
shrimp tempura and nigiri
sushi
1,890yen

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。

私たち
サガミホールディングスの
グループです。



詳しくは「ロカボ
オフィシャルサイト」
をご覧ください。



野菜を食べよう

おひとり様用サラダ



和風
ドレッシング
Shrimp salad with
Japanese dressing
No.531 450yen
102kcal 塩分/0.6g [ドレッシング除く]



和風
ドレッシング
Tofu salad with
Japanese dressing
No.532 450yen
75kcal 塩分/0.1g [ドレッシング除く]



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。



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。



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。
【二次元バーコードを読み込んでください】

私たち SAGAMI 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/>