



味の民会

和食のおもてなし

おひるごはん

LUNCH MENU

(平日 月より金)

11時～17時



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。



お昼の

民芸和膳



Mingei lunch box

Mingei lunch box

No.355 1,690yen

Photo : with choice of sweets

No.356 1,890yen

・松花堂
・まぐろのお刺身
・牛すきとろろ
・茄子の味噌田楽
・茶碗蒸し
・天ぷら
・手延べうどん
・ご飯
・香の物

【甘味別】 1079kcal 塩分/6.3g (内つゆ類数値 39kcal 塩分/3.8g)

選べる甘味で心和むひとときを。

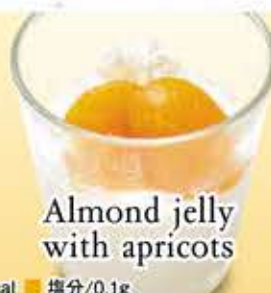
選べる

甘味

右記の3種類の中から一品お選びください



302kcal 塩分/0.2g



208kcal 塩分/0.1g



212kcal 塩分/0.2g



ちょっとずついろいろが嬉しい
お昼限定のすき焼き御膳です。

【甘味別】 1116kcal 塩分/7.0g (内つゆ類数値 120kcal 塩分/5.4g)

Lunch:Sukiyaki set meal

Sukiyaki set meal

No.372 1,680yen

Photo : with choice of sweets

No.373 1,880yen



おいしいヘルシー

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

【甘味別】 568kcal 塩分/6.6g (内つゆ類数値 51kcal 塩分/4.2g)

Nigiri sushi lunch

Nigiri sushi lunch

No.357 1,530yen

Photo : with choice of sweets

No.358 1,730yen

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。写真は煮込み前のため、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。



Sukiyaki udon
noodles

No.153 1,260yen

1028kcal 塩分/10.6g (内つゆ類数値) 231kcal 塩分/8.7g



Owari-style Miso
Stewed Udon

No.155 1,260yen

740kcal 塩分/7.4g (内つゆ類数値) 134kcal 塩分/6.0g

おいしいヘルシー
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限りません

創業の味

Udon noodles served hot in a pan
【3pieces of nigiri sushi】

Photo No.152 1,860yen

Udon noodles served hot in a pan

No.151 1,260yen

Nabeyaki Udon with
Jumbo Shrimp Tempura

No.157 1,530yen

715kcal 塩分/5.3g (内つゆ類数値) 58kcal 塩分/3.6g



岩手県産
純和鶏

単品 628kcal 塩分/5.3g (内つゆ類数値) 58kcal 塩分/3.6g



ごはんどうどん付 1039kcal 塩分/6.7g (内つゆ類数値) 102kcal 塩分/5.1g

Simmered pork loin cutlet meal

No.314 1,490yen

Photo :
with steamed egg custard

No.313 1,690yen



伝統の味

ごはんどうどん付 1385kcal 塩分/8.6g (内つゆ類数値) 177kcal 塩分/6.8g

Sukiyaki beef meal

No.311 1,790yen

Photo :
with steamed egg custard

No.312 1,990yen

自慢の 国産 牛もつ鍋



黒大豆ビリ辛味噌と
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

カセットコンロで
ご提供いたします

※Motsunabe is
served on a cassette
stove and simmered
at each table.

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



ビリ辛肉味噌と
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 1,850yen

double the amount of motsu (offal) +750yen



Spicy
champon udon
noodles

No.109 1,150yen

たっぷり野菜
+220円(税込)
1日分の野菜
360g

616kcal 塩分/6.8g
(内つゆ類数値) 152kcal 塩分/5.6g

Sara Udon
Fried noodle
starchy
soy-sauce

No.111 1,150yen

802kcal 塩分/8.5g



たっぷり野菜
+220円(税込)
1日分の野菜
360g



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

Photo
Nagasaki champon
udon noodles
in cluding 360g of
vegetables

No.105 1,370yen

Nagasaki champon
udon noodles
in white broth

681kcal 塩分/7.7g
(内つゆ類数値) 114kcal 塩分/6.6g

No.104 1,150yen

野菜を食べよう

1日分の野菜

360g

にできます。

たっぷり野菜
+220円(税込)

海鮮トッピング
+330円(税込)



辛さをえらべる
// (2辛) +40円(税込)
// (3辛) +80円(税込)

Udon noodles with egg
and a white sesame
paste sauce and miso
and pork cutlet
on a bowl of rice set

Photo
No.115 1,750yen

Udon noodles with egg
and a white sesame
paste sauce

No.114 1,270yen

単品 904kcal 塩分/7.7g
(内つゆ類数値) 388kcal 塩分/6.0g



トマト
増量
+220円
(税込)

Black vinegar, sour
and hot udon noodles
and salmon roe on a
bowl of rice set

Photo
No.102 1,810yen

Black vinegar, sour
and hot udon noodles

No.101 1,160yen

単品 634kcal 塩分/7.2g
(内つゆ類数値) 206kcal 塩分/6.2g

痺辛
カラ

旨辛
カラ



No.162

Special spicy red mala hot pot udon

1,390yen 835kcal 塩分/8.5g
(内つゆ類数値) 270kcal 塩分/7.6g

麻辣鍋
うどん



No.163

Special white mala hot pot udon

1,390yen 943kcal 塩分/9.0g
(内つゆ類数値) 381kcal 塩分/8.2g

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)

704kcal 塩分/4.4g (内つゆ類数値) 58kcal 塩分/3.5g

Udon noodles with jumbo shrimp and other tempura

No.117 1,520yen

1084kcal 塩分/5.9g (内つゆ類数値) 72kcal 塩分/4.6g

Udon noodles served separately with dipping duck soup with tempura

No.118 1,690yen

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

鹿児島県産
黒豚

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

単品 556kcal 塩分/4.6g (内つゆ類数値) 55kcal 塩分/3.5g

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

Photo

No.204 1,900yen

Buckwheat noodles with yam and jumbo shrimp tempura

No.203 1,420yen

単品 646kcal 塩分/3.7g (内つゆ類数値) 55kcal 塩分/3.5g

糖質20%OFF
にぎり寿司に変更できます
※糖質20%OFFにぎり寿司にはかりつきません

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

単品 651kcal 塩分/3.6g (内つゆ類数値) 55kcal 塩分/3.5g

Buckwheat noodles with jumbo dhrimp and other tempura

1,640yen

687kcal 塩分/3.6g (内つゆ類数値) 58kcal 塩分/3.5g

No.516

Rice
280yen

302kcal 塩分/0.0g

No.517

3 pieces of nigiri sushi

600yen 133kcal 塩分/2.3g

糖質20%OFF
にぎり寿司3貫に変更できます
※糖質20%OFFにぎり寿司にはかりつきません

No.520

Salmon nigiri 2 pieces

550yen 118kcal 塩分/2.1g

No.514

Salmon roe on a bowl of rice(mini)

650yen 273kcal 塩分/0.5g

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。



大海老

Lunch:Jumbo shrimp tempura(2)
on a bowl of rice

Photo No.354 1,520yen

Lunch:Jumbo shrimp tempura(1)
on a bowl of rice

No.353 1,220yen

写真 1079kcal 塩分/4.9g (肉つゆ類数値 27kcal 塩分/1.6g)



1193kcal 塩分/5.8g (肉つゆ類数値 15kcal 塩分/1.2g)

Pork ginger stir-fry rice bowl lunch

No.371 1,130yen



666kcal 塩分/6.3g (肉つゆ類数値 34kcal 塩分/3.1g)

Tuna and grated yam rice bowl lunch

No.370 1,210yen

井 お好み ランチ

小うどん 温 または 冷 香の物付き

うどん大盛り無料

- 1枚増し(うどん半玉増し)
- 2枚増し(うどん1玉増し)



写真 1021kcal 塩分/5.0g (肉つゆ類数値 15kcal 塩分/1.2g)

Lunch:Pork cutlets(2)on a bowl of rice

No.374 1,040yen

Lunch:Pork cutlets(3)on a bowl of rice

Photo No.351 1,190yen

Lunch:Pork cutlets(4)on a bowl of rice

No.352 1,340yen



1381kcal 塩分/10.8g

Udon noodles in pork curry soup and
pork cutlets served on a bowl of rice

No.365 1,570yen

うどん大盛り 無料 満腹 セット カレーうどんと井

No.116

Udon noodles in
pork curry soup

1,090yen 710kcal 塩分/7.6g

※単品は大盛り無料ではありません



1361kcal 塩分/10.5g

Udon noodles in pork curry soup
and tempura rice bowl

No.367 1,640yen

サクッとした衣にクリーミーで旨みあふれる
広島産大粒牡蠣を閉じ込めました。
滋味溢れる濃厚な味わいをお楽しみいただけます。



自家製
タルタル

広島産
牡蠣
使用

ごはんうどん付 961kcal 塩分/3.7g (肉つゆ類数値 15kcal 塩分/1.2g)

Fried Oyster
Lunch and
steamed egg
custard

Photo No.369 1,550yen

Fried Oyster
Lunch

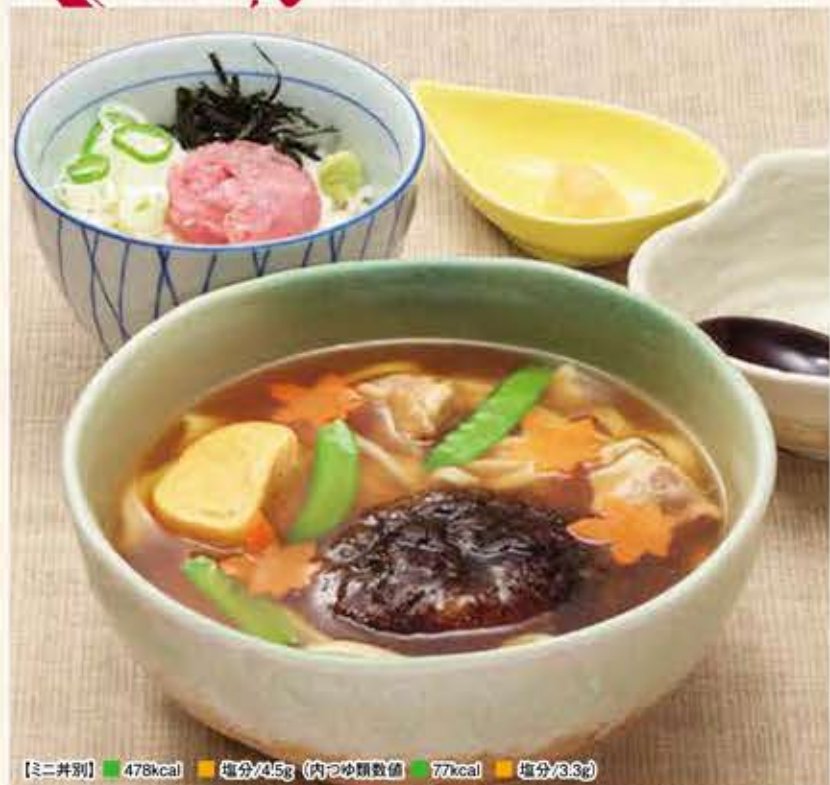
No.368 1,350yen

●食材や香の物は季節によって異なる場合がございます。写真は煮込み前のため、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。



お好み麺と
選べる一品

麺ランチ



【ミニ丼別】 478kcal 塩分/4.5g (内つけ麺数値 77kcal 塩分/3.3g)

Lunch:Udon noodles in a flavorful
broth containing shiitake mushrooms

No.364 1,290yen



【にぎり寿司別】 509kcal 塩分/3.6g (内つけ麺数値 58kcal 塩分/3.5g)

Lunch:Buckwheat noodles with tempura

No.362 1,290yen



【ミニ丼別】 430kcal 塩分/4.3g (内つけ麺数値 41kcal 塩分/2.4g)

Lunch:Udon noodles and steamed egg custard

No.361 1,130yen



【ミニ丼別】 616kcal 塩分/5.4g (内つけ麺数値 59kcal 塩分/4.2g)

得 Lunch:Mingei champon noodles
in soy-sauce dashi soup

No.363 1,400yen

通常より
230円お得!

No.106
Mingei champon udon
noodles in soy-sauce
and dashi soup
1,150yen

お好み麺

お好みの麺をお選びください。



選べる一品

下記よりお好みの一品を
1つお選びください。



Tempura on a bowl
of rice(mini)

394kcal 塩分/1.3g



Tuna tataki on a bowl
of rice(mini)

289kcal 塩分/1.6g



2pieces of nigiri sushi

95kcal 塩分/2.1g



Tofu salad with
Japanese dressing

75kcal 塩分/0.1g
【ドレッシング除く】



写真 731kcal 塩分/5.9g (内つけ麺数値 44kcal 塩分/2.7g)

あさりの旨味たっぷりの
わっぱご飯に、天ぷらや
茶碗蒸しが付いた、お昼
限定のお得なセットです。



Lunch:Wappa rice
including asari clams
with tempura

Photo

No.359 1,380yen

Lunch:Wappa rice
including asari clams
with deep-fried
horse mackerel

No.360 1,490yen



+100円(税110円)で
天ぷらからアジフライに
変更できます。

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。



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/>