

2023年 8月

おいしく楽しく MAKE for YOU
X-ONE 株式会社



88 (金) バジル香る
トマ辛ハヤシ



82 (水) 夏の味覚天丼

Summer Dishes

夏めしフェア

楽食
プレミアム

単品
価格

各

500 (税込)
円



89 (水) 夏野菜の
甘辛炒め丼



25 (火) 柑橘香る
ツナサラダきしめん

Lunch Menu



7 July

毎日提供

鶏の唐揚げ定食

エネルギー	たんぱく質	脂質	糖質	食塩相当量
513 kcal	25.9g	41.4g	11.9g	1.1g

カレーライス

エネルギー	たんぱく質	脂質	糖質	食塩相当量
573 kcal	10.6g	19.9g	98.5g	3.4g

AUTランチ

	MON	TUE	WED	THU	FRI
	3	4	5	6	7
日替ランチ	豚肉のすき煮風 370 kcal, 14.7g, 18.6g, 38.8g, 5.8g	鱈の塩麹焼き 146 kcal, 17.7g, 3.3g, 10.5g, 2.4g	手仕込みロースカツ 388 kcal, 17.6g, 25.2g, 24.9g, 1.1g	鶏の唐揚げ 甘だれピーナッツがらめ 601 kcal, 27.5g, 42.9g, 28.8g, 2.6g	八宝菜 244 kcal, 13.5g, 15.3g, 15.2g, 2.7g
日替丼	ねぎ塩焼鶏丼 669 kcal, 30.8g, 29g, 74.5g, 1.1g	回鍋肉飯 586 kcal, 14.7g, 23.3g, 82.2g, 1.7g	タコライス 525 kcal, 19.7g, 14.2g, 83.5g, 1.6g	しらすかき揚げ丼 560 kcal, 12.8g, 13.6g, 95.5g, 1.9g	プレミアム バジル香るトマ辛ハヤシ 688 kcal, 12.5g, 26.6g, 99.3g, 3.8g
日替麺	冷やしごまだれうどん 512 kcal, 15.6g, 21.4g, 67.4g, 6.7g	白湯ラーメン 387 kcal, 16.6g, 5.2g, 64.8g, 3.3g	味噌ラーメン 465 kcal, 19.2g, 9.9g, 71.6g, 6.7g	五目醤油ラーメン 458 kcal, 16.4g, 12.5g, 67.8g, 6.0g	地鶏だしラーメン 359 kcal, 19.5g, 1.7g, 63.0g, 3.9g
	10	11	12	13	14
日替ランチ	ポークソテーデミソース 348 kcal, 17.5g, 21.4g, 23.4g, 1.2g	鶏肉のカレーマヨ焼き 387 kcal, 21.8g, 33.2g, 4.5g, 1.0g	ブリの煮付け 318 kcal, 21.3g, 16.5g, 16.0g, 2.5g	春巻き・焼売の 盛り合わせ 366 kcal, 9.5g, 22.2g, 33.2g, 1.6g	豚肉のごまだれ冷しゃぶ 267 kcal, 11.9g, 21.6g, 7.6g, 1.5g
日替丼	とうもろこしとツナのピラフ 470 kcal, 12.8g, 12.6g, 78.7g, 2.1g	カツ丼 698 kcal, 24.4g, 23.2g, 98.6g, 2.8g	プレミアム 夏の味覚天丼 521 kcal, 15.2g, 8.8g, 94.9g, 1.6g	大麦とひじきの ピリ辛ビビンバ丼 586 kcal, 22.6g, 18.7g, 85.8g, 2.5g	ロコモコ 567 kcal, 20.9g, 17.0g, 82.9g, 1.6g
日替麺	ふんわり卵ラーメン 496 kcal, 21.8g, 15.7g, 63.8g, 6.0g	冷やしおろし肉うどん 500 kcal, 15.8g, 18.7g, 70.6g, 4.9g	黒胡椒ラーメン 371 kcal, 14.2g, 3.5g, 67.4g, 7.0g	カレーうどん 464 kcal, 13.0g, 15.7g, 72.3g, 7.8g	海老天ぶらそば 423 kcal, 16.0g, 12.3g, 62.2g, 5.3g
	17	18	19	20	21
日替ランチ	イワシの唐揚げ 256 kcal, 13.7g, 13.6g, 21.1g, 1.8g	ハンバーグ ジンジャーソース 371 kcal, 17.6g, 16g, 39.2g, 4.2g	鰯の七味焼き 166 kcal, 18.2g, 5.7g, 9.2g, 1.8g	チキンカツ 334 kcal, 14.5g, 19.9g, 24.1g, 1.5g	豚焼肉 416 kcal, 14.5g, 31.0g, 23.3g, 2.8g
日替丼	ニンニク味噌だれの ピリ辛焼肉丼 661 kcal, 18.0g, 28.9g, 85.5g, 1.7g	豚バラの角煮風丼 653 kcal, 18.5g, 27.6g, 85.6g, 2.9g	プレミアム 夏野菜の甘辛炒め丼 593 kcal, 17.1g, 20.2g, 87.4g, 2.5g	牛肉のペッパーライス 607 kcal, 16.1g, 24.7g, 78.5g, 2.2g	鰯フライのタルタル丼 719 kcal, 19.2g, 30.2g, 92.4g, 1.3g
日替麺	あおさ塩ラーメン 409 kcal, 21.4g, 6.3g, 63.4g, 6.8g	冷やしためきうどん 372 kcal, 9.9g, 7.4g, 69.9g, 3.9g	醤油ラーメン 395 kcal, 17.0g, 5.8g, 65.0g, 6.4g	味噌ねぎラーメン 465 kcal, 19.1g, 10.0g, 71.2g, 6.5g	ごまだれ冷やし中華 505 kcal, 19.9g, 14.5g, 63.9g, 3.8g
	24	25	26	27	28
日替ランチ	豚肉の オイスターソース炒め 325 kcal, 11.4g, 25.4g, 14.9g, 2.1g	サーモンフライ & コロッケ 445 kcal, 12.5g, 27.7g, 37.4g, 1.4g	鶏肉の にんにく味噌マヨ焼き 395 kcal, 22.1g, 33.3g, 5.9g, 1.4g	鰯の胡麻焼き 150 kcal, 17.1g, 4.1g, 8.7g, 1.8g	チキンチャップ 309 kcal, 22.3g, 19.9g, 13.7g, 2.1g
日替丼	ソースカツ丼 585 kcal, 16.5g, 17.9g, 90.5g, 2.4g	あんかけチャーハン 520 kcal, 15.5g, 17.0g, 75.8g, 2.2g	ビビンバ丼 671 kcal, 20.3g, 30.4g, 80.9g, 2.2g	ねぎ塩唐揚げ丼 712 kcal, 25.4g, 32.4g, 82.4g, 1.5g	豚丼 694 kcal, 22.1g, 27.3g, 90.4g, 3.8g
日替麺	油そば 443 kcal, 11.9g, 7.3g, 79.7g, 3.6g	プレミアム 柑橘香る ツナサラダきしめん 350 kcal, 13.5g, 10.5g, 53.9g, 4.2g	豚骨ラーメン 427 kcal, 18.9g, 9.4g, 63.8g, 6.8g	ワンタン麺 405 kcal, 14.9g, 4.3g, 72.5g, 6.3g	冷やし夏野菜 かき揚げそば 528 kcal, 16.1g, 13.6g, 86.5g, 3.1g
	31	8/ 1	2	3	4
日替ランチ	鶏の磯辺揚げ 625 kcal, 28.2g, 41.5g, 34.1g, 1.1g	豚肉の香草パン粉焼き トマトソース 398 kcal, 17.5g, 28.5g, 21.2g, 1.3g	白身魚の揚げだし 283 kcal, 17.5g, 16.4g, 15.0g, 3.4g	チキンのブラウンソース 407 kcal, 20.9g, 28.5g, 20.0g, 2.1g	ホキの煮付け 164 kcal, 17.1g, 3.3g, 13.4g, 2.4g
日替丼	豚肉の辛味炒め丼 694 kcal, 18.7g, 32.7g, 83.1g, 2.1g	どて丼 654 kcal, 22.6g, 23.0g, 92.4g, 2.6g	レタスチャーハン 454 kcal, 15.2g, 11.3g, 73.3g, 2.3g	のり弁風丼 626 kcal, 16.2g, 15.7g, 104.4g, 2.8g	豚と野菜の 中華あんかけ丼 628 kcal, 17.3g, 24.0g, 85.8g, 5.0g
日替麺	塩ラーメン 391 kcal, 16.0g, 5.9g, 65.3g, 7.2g	イカ天うどん 426 kcal, 13.6g, 14.0g, 63.7g, 6.3g	醤油バターラーメン 409 kcal, 14.4g, 7.8g, 68.4g, 5.9g	焼きうどん 391 kcal, 13.6g, 16.1g, 51.3g, 3.4g	辛味噌豚骨ラーメン 435 kcal, 18.5g, 9.8g, 65.2g, 6.9g

※日替ランチの栄養価はメインのみの数値です。

エネルギー	たんぱく質	脂質	糖質	食塩相当量
286 kcal	4.8g	0.7g	62.0g	0g

味噌汁 (参考数値)	エネルギー	たんぱく質	脂質	糖質	食塩相当量
	26 kcal	2.1g	0.8g	2.4g	1.3g