



GRAND MENU

定食 カフェ

Teisyoku and Cafe

お店で
手作り
作りたて



あなた想いの手作りごはん

どこかホッとさせる定番の和食に、ひと手間、ひと工夫を入れたオリジナルメニューの数々
肉・魚、野菜もたっぷり
本当の美味しさをおぼんにのせて



P2	おぼんの定食
P4	熱々! 鉄板メニュー
P5	マイ定食
P5	肉うどん
P6	だし茶漬け
P7	スイーツ
P8	おこさまセット・ドリンク

アレルギー物質の使用につきましては別紙で一覧をご用意しております。
右記QRコードよりご確認いただくか、スタッフまでお申し付けくださいませ。

アレルギー物質・
カロリー一覧表はこちらから



ごはん
お味噌汁
おかわり
自由

おぼんの定食

メインのおかず + ごはん・お味噌汁・副菜2品・サラダ

選べるごはん



白ごはん

五穀ひじき
ごはん



大ぶりなしまホッケ半身+
鶏の南蛮揚げの2種がメインの、
お肉とお魚両方食べられるお得な定食です。

おすすめ

海老名定食

〔ホッケ一夜干し・
鶏の南蛮揚げ〕

1,380円



鶏肉と野菜の
黒酢あん定食

1,280円



銀鮭の
西京焼き定食

1,280円



ホッケの
一夜干し定食

1,180円



麦富士豚の
すりおろし
野菜ソース定食

1,380円

おすすめ

ジューシーな豚ロース肉に、人参、たまねぎなどを
すりおろした野菜ソースを合わせました。
栄養バランスの良い定食です。



鶏の南蛮揚げ
味噌タルタル定食

1,150円





鳥取県境港産の
身厚なアジをフライにし、
味噌としば漬けを加えた
タルタルソースを合わせました。

境港産
アジフライ定食

おすすめ

1,180円



海老フライ、アジフライ、
カニクリームコロッケの
3種フライがのった
豪華な定食です。

人気！
ミックスフライ定食

- ・海老フライ
- ・アジフライ
- ・カニクリームコロッケ

1,380円



鶏の唐揚げ
すだちおろし定食

1,090円



とろサバの
油淋鶏定食

1,090円



お食事と一緒にセットどうぞ！

■お食事をお召し上がりの方のみ追加料金でご注文いただけます。

ドリンク
バー

+280円

Drink



ミニ
デザート

+250円

Sweets



抹茶
わらびもち

白玉
あんみつ

長崎カステラ
いちごソース

ミニ
アイス

+150円

Sweets



濃い
抹茶

北海道
牧場の
ミルク

いちご
ミルク

※写真はイメージです。※価格は税込みです。※アレルギー物質の使用につきましては別紙で一覧をご用意しております。表紙QRコードよりご確認いただくか、スタッフまでお申し付けくださいませ。

ごはん
お味噌汁
おかわり
自由

熱々! 鉄板メニュー

鉄板のおかず + ごはん・お味噌汁・副菜2品・サラダ

選べるごはん



白ごはん

五穀ひじき
ごはん



鶏の黒胡麻
七味焼き定食

1,180円



今日の気分は?
出来立ての
熱々が旨い

国産豚肉の
生姜焼き定食

1,320円



国産牛の
焼肉定食

1,680円



お食事と一緒にセットでどうぞ!

■お食事をお召し上がりの方のみ追加料金でご注文いただけます。

ドリンク
バー
+280円

おかわり
自由!



Drink

ミニ
デザート
+250円

Sweets



抹茶
わらびもち

白玉
あんみつ

長崎カステラ
いちごソース

ミニ
アイス
+150円

Sweets



濃い
抹茶

北海道
牧場の
ミルク

いちご
ミルク

※写真はイメージです。※価格は税込みです。※アレルギー物質の使用につきましては別紙で一覧をご用意しております。表紙QRコードよりご確認いただくか、スタッフまでお申し付けくださいませ。

好みのおかずで
定食を自分流に
カスタマイズ!

おぼん de マイ定食

選んだ
定食に
プラス1品



鶏の南蛮揚げ
味噌タルタル
380円



鶏肉と根菜の
黒酢あん
430円



鶏の唐揚げ
すだちおろし
350円



とろサバの
油淋鶏
380円



境産アジフライ
1枚 280円



カニクリームコロッケ
1個 320円



海老フライ
1本 320円



銀鮭の西京焼き
1,010円



ホッケの一夜干し
910円

ごはん
お味噌汁
おかわり
自由

定食セット
ごはん・味噌汁 350円



ごはんは
2種より選べます

白ごはん



または



味付き

五穀ひじき
ごはん

おぼんの肉うどん

うどん
大盛り
(1.5倍)
+110円

お好きな
肉うどんと小井を
セットにできます
小井セット
+350円



とろたく
丼



炙り
明太子と
高菜丼



まぐろ
丼

おすすめ

お出汁と生姜で
炊いた牛肉は
コク深い味わいです。

肉うどんと
小井の
満足セット



肉うどん

890円



肉おろしうどん

930円



肉玉うどん

930円



ごぼう天肉うどん

1,080円

おぼん de だし茶漬

白ごはん・出汁・薬味 + 副菜 2品

おすすめ



新鮮な真鯛に、
濃厚な
胡麻ダレを
合わせました。

真鯛の胡麻ダレ
だし茶漬

※ナッツ類を使用しています。

1,320円

黄金だし

和食屋の
本格的な黄金だし

昆布といりこのうま味に、鰹節、宗田節、鯖節で出汁をとり、更に鶏ガラスープを加えて、焼き塩、酒、白醤油などで味をととのえた、オリジナルの出汁です。

2度美味しい
召し上がり方

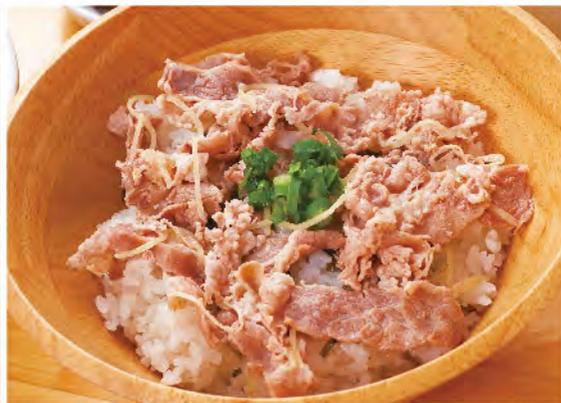
おすすめ

- 1 まずはごはんのせてそのまま。
- 2 次に薬味とお出汁をかけて。



うなぎの
ひつまぶし風
だし茶漬

1,380円



牛肉の
ひつまぶし風
だし茶漬

1,280円



焼き鮭といくらの
親子だし茶漬

1,280円



炙り明太子と高菜の
だし茶漬

1,180円



漬け鮭の漁師風
だし茶漬

1,230円



海鮮だし茶漬

1,350円



自家製 和 sweets!

食後のひといきや
カフェタイムに、
ホッと和める
おぼん特製の
「和スイーツ」を。



しっとり
バスクチーズケーキ
780円



やわらかく仕上げた
甘さひかえめで濃厚な
バスクチーズケーキです。

おすすめ



しっとり濃厚に仕上げた、
抹茶とチョコレートとの
テリーヌです。

濃厚抹茶
チョコレートテリーヌ 780円



しっとりカステラに
あずきといちごソース、
ホイップを合わせました。

長崎カステラ
いちごソース 680円



濃い抹茶
アイス

北海道牧場の
ミルク
アイス

あんみつ

和素材アイスを使った
クリームあんみつ

抹茶わらびもち
クリームあんみつ
580円

お芋クリーム
あんみつ 580円

和素材の自家製アイス



北海道牧場のミルクアイス 380円

濃い抹茶アイス 380円

いちごミルクアイス 380円

お食事と一緒にセットどうぞ!

■お食事をお召し上がりの方のみ追加料金でご注文いただけます。

ドリンク
バー
+280円

おかわり
自由!

Drink



ミニ
デザート
+250円

Sweets



抹茶
わらびもち

白玉
あんみつ

長崎カステラ
いちごソース

ミニ
アイス
+150円

Sweets



濃い
抹茶

北海道
牧場の
ミルク

いちご
ミルク

※写真はイメージです。※価格は税込みです。※アレルギー物質の使用につきましては別紙で一覧をご用意しております。表紙QRコードよりご確認いただくか、スタッフまでお申し付けくださいませ。

Kids MENU おぼん de おこさまセット



白ごはん
または
五穀ひじき
ごはん

おぼん de おこさまランチ

850円



みんなのすきはものいっはおい!!

おこさま
ドリンクバー
付き
おかわり自由

ハンバーグ
鶏の唐揚げ
フライドポテト
ゼリーなど



おこさま
ドリンクバー
付き
おかわり自由

おこさまうどんセット 850円

おこさまうどん 単品 460円

※うどんのみ

おこさま パンケーキセット

850円

あまくて
おいしい



おこさま
ドリンクバー
付き
おかわり自由

フライド ポテト 350円

※どなたでもご注文いただけます



鶏の唐揚げと フライドポテト (味噌タルタル付き)

650円

※どなたでもご注文いただけます



お飲み物



おかわり
自由!

[単品]
ドリンクバー
450円

おかわり
自由!

[セット]
ドリンクバー
280円

お食事をお召し上がりの方のみ
追加料金でご注文いただけます。

ノンアルコールビール
ドライゼロ
450円