

和食のおもてなし

おひるごはん

(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。



厳選
素材



お昼の

和民
膳芸

・天ぷら盛合せ
・松花堂
・お刺身
・牛すきとろろ
・田楽野菜
・茶碗蒸し
・小うどん
・ご飯
・香の物

甘味

お昼の『民芸弁当』

お昼の民芸弁当

1,319円 (税込1,450円)

選べる

甘味付

写真

1,519円 (税込1,670円)

【甘味別】■ 1156kcal ■ 塩分/6.9g (内つゆ類数値) ■ 39kcal ■ 塩分/3.8g

選べる



バナナアイスの
黒蜜きなこがけ

■ 212kcal ■ 塩分/0.2g



白玉しるこ

温冷 お選びいただけます。

■ 302kcal ■ 塩分/0.2g



杏仁豆腐
(あんず)

■ 208kcal ■ 塩分/0.1g

甘味

『お昼のにぎり寿司膳』

お昼のにぎり寿司膳

1,264円 (税込1,390円)

選べる

甘味付

写真

1,464円 (税込1,610円)

【甘味別】■ 693kcal ■ 塩分/6.7g (内つゆ類数値) ■ 51kcal ■ 塩分/4.2g

選べる



バナナアイスの
黒蜜きなこがけ

■ 212kcal ■ 塩分/0.2g



白玉しるこ

温冷 お選びいただけます。

■ 302kcal ■ 塩分/0.2g



杏仁豆腐
(あんず)

■ 208kcal ■ 塩分/0.1g

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・乳も同じ油で揚げております。



広島産
牡蠣使用

『広島産カキフライと
ヒレかつランチ』
1,182円(税込1,300円)



自家製
タルタル
ソース

1372kcal 塩分/6.2g (内つゆ類数値 54kcal 塩分/2.5g)



じゅわつと揚げた
ロースかつとふわふわの玉子

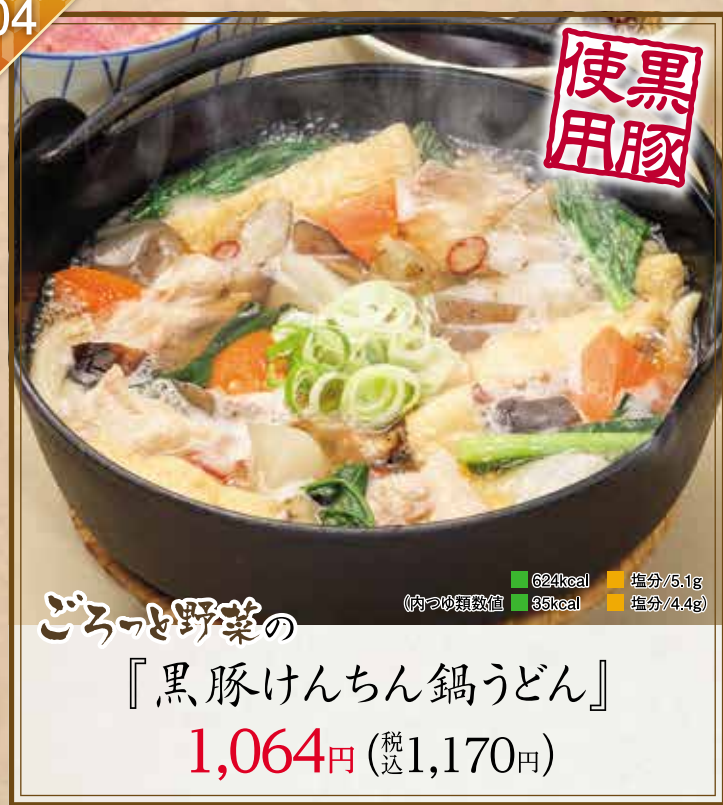
三元豚の
『ロースかつ煮定食』
1,219円(税込1,340円)

1186kcal 塩分/8.9g (内つゆ類数値 27kcal 塩分/1.6g)



伝統の味『民芸すき焼き定食』
1,410円(税込1,550円)

1496kcal 塩分/6.8g (内つゆ類数値 81kcal 塩分/5.4g)



黒豚
使用

ごろっと野菜の
『黒豚けんちん鍋うどん』
1,064円(税込1,170円)

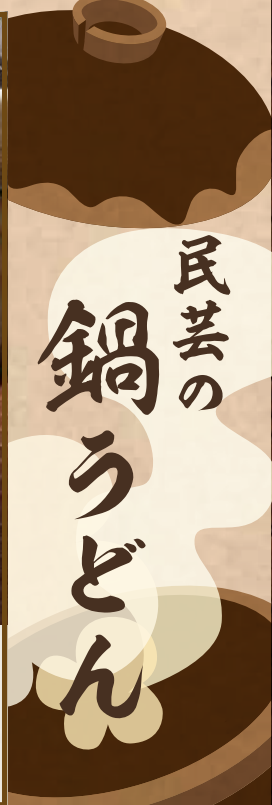
624kcal 塩分/5.1g (内つゆ類数値 35kcal 塩分/4.4g)



創業の味
伝統の味

創業の味『民芸鍋焼きうどん』
982円(税込1,080円)

809kcal 塩分/5.9g (内つゆ類数値 51kcal 塩分/4.6g)



民芸の
鍋うどん



尾張風
『味噌煮込み
うどん』
982円
(税込1,080円)

851kcal 塩分/6.0g (内つゆ類数値 321kcal 塩分/5.1g)



民芸の味
『肉すきうどん』
1,019円
(税込1,120円)

896kcal 塩分/7.8g (内つゆ類数値 111kcal 塩分/6.8g)

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。



623kcal 塩分/5.3g (内つゆ類数値 35kcal 塩分/4.1g)

サブロク
『360民芸ちゃんぽんうどん』
1,055円 (税込1,160円)

『民芸ちゃんぽんうどん』 900円 (税込990円)
563kcal 塩分/5.3g (内つゆ類数値 35kcal 塩分/4.1g)



酸定
辣番

単品 646kcal 塩分/8.3g (内つゆ類数値 187kcal 塩分/7.3g)

スーラー
『黒酢の酸辣うどん』杏仁豆腐セット
1,264円 (税込1,390円) 単品 964円 (税込1,060円)



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
+170円(税込)



894kcal 塩分/9.2g

パリパリ揚げ麺『皿うどん』
928円 (税込1,020円)



647kcal 塩分/8.0g (内つゆ類数値 114kcal 塩分/6.6g)

『長崎ちゃんぽんうどん』
900円 (税込990円)



631kcal 塩分/6.9g (内つゆ類数値 152kcal 塩分/5.6g)

『ピリ辛ちゃんぽんうどん』
955円 (税込1,050円)

自慢の麺商品と
ご一緒にどうぞ。

選べる
ミニ井
セット

355円 (税込390円)
単品 419円 (税込460円)



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



ミニ天井
421kcal 塩分/1.5g



ミニめかぶどろろ井
254kcal 塩分/1.6g

ご飯 210円 (税込230円) 256kcal 塩分/0g

からだに
おいし
こんにゃく
ライス使用
低糖質
糖質30%オフ
ミニ天井
382円 (税込420円) 321kcal 塩分/1.2g



辛きえらべる
(2辛) +30円(税込)
(3辛) +60円(税込)

単品 937kcal 塩分/7.7g (内つゆ類数値 409kcal 塩分/6.0g)

『玉子とじ
白胡麻担々うどん』
ミニ味噌かつ井セット
1,428円 (税込1,570円)
単品 1,073円 (税込1,180円)



1323kcal 塩分/8.8g (内つゆ類数値 409kcal 塩分/6.0g)

『鶏竜田の白胡麻担々うどん』
1,264円 (税込1,390円)



単品 774kcal 塩分/7.3g (内つゆ類数値 195kcal 塩分/6.5g)

鹿児島県産黒豚の
『旨辛胡麻味噌鍋うどん』ミニ天井セット
1,537円 (税込1,690円) 単品 1,182円 (税込1,300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。
●当店では共通の調理器具で、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・乳も同じ油で揚げております。



『セイロうどん』
537円(税590円)

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



『民芸
きつねうどん』
673円(税740円)

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



『黄金だし
うどん』
537円(税590円)

■ 345kcal ■ 塩分/4.7g
(内つゆ類数値 ■ 35kcal ■ 塩分/2.8g)



『焼き餅の
カうどん』
719円(税790円)

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



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
+182円(税200円)



あつあつの土鍋うどんを鴨肉の旨味が
溶け込んだつけ汁でお楽しみください

『鴨汁つけうどん』天ぷら付き
1,264円(税1,390円)
単品 928円(税1,020円)

■ 713kcal ■ 塩分/4.7g
(内つゆ類数値 ■ 56kcal ■ 塩分/3.5g)



『天ぷら付セイロうどん』
写真 セイロ2枚 1,219円(税1,340円)
セイロ1枚 1,046円(税1,150円)

写真 セイロ2枚
■ 1007kcal ■ 塩分/6.0g
(内つゆ類数値 ■ 58kcal ■ 塩分/3.5g)

手仕事

手延べうどん

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)
+130円(税込)

香り豊か

民芸そば



単品 ■ 668kcal ■ 塩分/5.2g (内つゆ類数値 ■ 76kcal ■ 塩分/5.1g)

『鴨南蛮そば』にぎり寿司3貫セット
1,519円(税1,670円)
単品 1,019円(税1,120円)

そば大盛
(1.5人前になります)
+130円(税込)

『セイロそば』
637円(税700円)

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



『大海老天
セイロそば』
1,373円(税1,510円)

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



鹿児島県産
黒豚

『黒豚つけそば』ミニ天井セット
1,428円(税1,570円)

『黒豚つけそば』
1,073円(税1,180円)
■ 573kcal ■ 塩分/4.0g
(内つゆ類数値 ■ 56kcal ■ 塩分/3.5g)



『鴨汁つけそば』
ミニめかぶとろろ丼
セット
1,383円(税1,520円)
単品 1,028円(税1,130円)

単品 ■ 650kcal ■ 塩分/3.6g
(内つゆ類数値 ■ 56kcal ■ 塩分/3.5g)



■ 720kcal ■ 塩分/5.2g (内つゆ類数値 ■ 34kcal ■ 塩分/3.1g)

『漬けまぐろとろろ井ランチ』

964円 (税込1,060円)

井

ランチ

うどんと小鉢がついた
お昼限定のお得なセットです。
小鉢／香の物付き
うどん 温 または 冷



■ 972kcal ■ 塩分/4.6g (内つゆ類数値 ■ 20kcal ■ 塩分/1.6g)

『大海老天井ランチ』

1,000円 (税込1,100円)



こんにゃくライスを使用して
糖質を抑えております。

からだ
おだいじ

低糖質

■ 713kcal ■ 塩分/4.6g
(内つゆ類数値 ■ 27kcal ■ 塩分/3.1g)

『健康ねばとろ井ランチ』

982円 (税込1,080円)



■ 948kcal ■ 塩分/4.9g
(内つゆ類数値 ■ 27kcal ■ 塩分/1.6g)

『純和鶏の照り焼き井ランチ』

991円 (税込1,090円)



写真 かつ3枚 ■ 1101kcal ■ 塩分/8.4g
(内つゆ類数値 ■ 20kcal ■ 塩分/1.6g)

『ヒレかつ井ランチ』

写真 かつ3枚 かつ4枚
955円 (税込1,050円) 1,055円 (税込1,160円)



やわらかヒレかつとふんわり玉子が
カレーうどんにもよく合います

写真 かつ3枚 ■ 1561kcal ■ 塩分/13.0g

『カレーうどんとヒレかつ井』

写真 かつ3枚 1,319円 (税込1,450円) かつ2枚 1,219円 (税込1,340円)

満腹

まんぷくセット

どんぶり

カレーうどんと

単品
カレーうどん

891円 (税込980円)
■ 659kcal ■ 塩分/7.1g



ボリューム満点！
サクサク衣の大海老天井

■ 1427kcal ■ 塩分/9.3g

『カレーうどんと大海老天井』

1,364円 (税込1,500円)

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・乳も同じ油で揚げております。



お好み麺と
選べる一品のお得な

麺ランチ

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。



ミニ丼別 ■ 649kcal ■ 塩分/4.7g (内つゆ類数値 ■ 53kcal ■ 塩分/3.9g)

『純和鶏のあんかけうどん』

991円 (税込1,090円)



にぎり寿司別 ■ 621kcal ■ 塩分/4.9g (内つゆ類数値 ■ 60kcal ■ 塩分/3.9g)

『天ぷら付セイロそば』

1,119円 (税込1,230円)

選べる一品

右記よりお好みの一品を1つお選びください。



『ミニ天井』

■ 421kcal ■ 塩分/1.5g



『ミニまぐろ
たたき丼』

■ 241kcal ■ 塩分/1.6g



『ミニめかぶ
とろろ丼』

■ 254kcal ■ 塩分/1.6g



『お寿司2貫』

■ 101kcal ■ 塩分/2.3g



ミニ丼別 ■ 476kcal ■ 塩分/6.3g (内つゆ類数値 ■ 76kcal ■ 塩分/5.1g)

『とろろそば』

1,000円 (税込1,100円)



ミニ丼別 ■ 438kcal ■ 塩分/4.2g (内つゆ類数値 ■ 41kcal ■ 塩分/2.4g)

『セイロうどんと茶碗蒸し』

910円 (税込1,000円)

温冷
お選び
いただけます。



自家製
タルタル
ソース

広島産
牡蠣
使用

■ 1190kcal ■ 塩分/5.9g (内つゆ類数値 ■ 54kcal ■ 塩分/2.5g)

広島産大粒『カキフライランチ』

1,082円 (税込1,190円)



■ 773kcal ■ 塩分/7.1g (内つゆ類数値 ■ 44kcal ■ 塩分/2.7g)

深川風『あさりのわっぱご飯ランチ』

1,074円 (税込1,180円)

+100円 (税込110円) で
天ぷらからカキフライに
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。



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。
【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/>