

UMISACHHIKO's Healthy set meals

うみさちひこの健康定食

うみさちひこでは、日本人が昔から食べてきた、「焼魚、干物」を中心とした、栄養バランスのとれた定食をご提供します。
焼きたてのお魚に、丁寧に作った自家製の豆腐、炊き立てのごはんと、お味噌汁。シンプルでも飽きのこない、身体と心においしい定食をどうぞ。



魚を食べて、 おいしく健康に

魚には、DHA・EPA、ビタミン、カルシウムなどが豊富に含まれています。

筋肉を作ることはもちろんのこと、

骨や歯、脳を活性化させたりとうれしい成分がいっぱいです。



自家製すくい豆腐

豆腐は、京都の自然水と厳選された国産大豆を使用し、毎日お店で作る純豆乳の豆腐です。

豆腐は低カロリーなのに高たんぱく。

また、イソフラボンやマグネシウムなど美容や健康に役立つ栄養素もたっぷり。



北海道米の最高峰 「ゆめぴりか」

ごはんは、程よいもちり感と、豊かな甘みの両方を備えているバランスの良さが特徴の「ゆめぴりか」を使用。

炭水化物と、タンパク質が主な栄養素ですが、

このほかにも、ビタミン類、ミネラル、食物繊維などの様々な栄養素が含まれています。

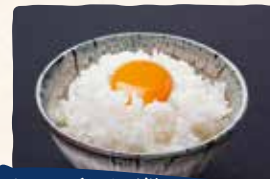
※大盛無料です。

終 ALLDAY
11:00
日 22:00

UMISACHIHIKO's Healthy set meals
うみさちひこの健康定食

うみさちひこでは、日本人が昔から食べてきた、「焼魚、干物」を中心とした、栄養バランスのとれた定食をご提供します。
焼きたてのお魚に、丁寧に作った自家製の豆腐、炊き立てのごはんとお味噌汁。
シンプルでも飽きのこない、身体と心においしい定食をどうぞ。

◎ご飯の大盛り無料



おいしい卵かけご飯に!

蘭王卵 +140円



お魚の定食にプラス!

とり天2個 +190円



脂ののったおいしさ

塩さば定食

990円

自家製すくい豆腐、ごはん、味噌汁、大根おろし



しっかり肉厚のほっけ

縞ホッケ定食

1090円

自家製すくい豆腐、ごはん、味噌汁、大根おろし



ごはんにぴったり銀鮭

甘塩銀鮭定食

1090円

自家製すくい豆腐、ごはん、味噌汁、大根おろし



鶏ムネ肉使用

とり天定食

890円

自家製すくい豆腐、ごはん、味噌汁



タルタル&甘酢ソース

とり天南蛮定食

990円

自家製すくい豆腐、ごはん、味噌汁



タルタルとソースでどうぞ

アジフライ定食(1尾) 890円

自家製すくい豆腐、ごはん、味噌汁



タルタルとソースでどうぞ

アジフライ定食(2尾)1090円

自家製すくい豆腐、ごはん、味噌汁



定番の味

あじ開き定食

890円

自家製すくい豆腐、ごはん、味噌汁、大根おろし



特製ダレにつけた優しい味わい

さばのみりん干し定食

890円

自家製すくい豆腐、ごはん、味噌汁、大根おろし



食べ応えある特大サイズ

特大縞ホッケ開き定食

1590円

自家製すくい豆腐、ごはん、味噌汁、大根おろし