

かむ力が弱まった... 栄養バランスが気になる... おいしく食事がしたい...

そんな、年配の方・介護職の方の声から生れた

高タンパク質!

食べやすい

やわらか

くるオリジナル
高齢者向け
お好み焼き



*マヨネーズ・花かつおはオプション(無料)になります。ご注文時にお申し付けください。

お好み焼きは・主菜(豚などの具材)・主食(小麦粉)
・副菜(キャベツ)がバッチリ揃っている料理です!

今回栄養士の方に監修いただき、栄養バランスを考え
その中でも特に高齢者の方が不足しがちな

体の血や筋肉となる**タンパク質を多くとれる**ように
又具材を細かく刻み、食べやすいお好み焼きに仕上げました。

具材	エネルギー	タンパク質	
豚 40g	510kcal	20.1g	定番メニューを 食べやすく!
いか 30g	375kcal	19.9g	魚介類は高タンパク・ 低カロリー!
油かす 30g	583kcal	19.2g	コラーゲンたっぷり!
すじこん 計60g	414kcal	25.6g	低カロリー・高タンパク!
ミックス 各20g	463kcal	24.9g	エネルギー・タンパク質 ともにたっぷり!

豚 750円
 いか 750円
 油かす 950円
 すじこん 900円
 ミックス 970円
 (豚・いか・えび)

電話でのテイクアウト注文承ります!

くるオリジナル焼き
明太子焼き



見た目鮮やか! 生地の中にはお餅とベーコン。
たっぷり塗った明太子ソースが程よい辛さで
何度食べても飽きない美味しさです



かいわれ焼き

濃厚な「油かす」と、
かいわれの辛味とさつ
ぱり感の絶妙な融合を
お楽しみください



**にんにく
キムチ焼き**

豚とキムチ仕上げに、
にんにくチップ! 相性
抜群の3種の組合せや
みつきになる一品!



カレー焼き

とろりカレーとジャガイモ
を生地の中に混ぜ込み仕上
げたお好み焼きモダン焼き
にすればさらにパワーアッ
プ! 是非一度ご賞味くださ
い



**トマト
チーズ焼き**

たっぷりトマトにチーズ
ピザ風に仕上げたお好み
焼きタバスコをかけても
OK! チーズ好きにはた
まらない一品です!



**紀州梅
かつお焼き**

梅肉・花かつお・豚肉を
生地の中に混ぜ込み仕上
げに大きな紀州梅をトッ
ピング! さっぱりとした
美味しさです

ALL
970円
【税込】



テイクアウト
できます!

06-6690-7628

営業時間: 11:30~14:30 (Lo 14:00)
17:00~22:00 (Lo 21:00)
定休日: 火曜日 (祝日の場合は翌日)
大阪府大阪市住吉区荻田7-12-5
<https://www.okonomiyaki-kuru.com>



お好み焼き くる 検索

◆ 表示の価格は全て税込みとなっております ◆