

# メニュー登場!!

## 新

**健康や老化予防に  
肉をしっかりと食べよう!!**

体内で合成されるタンパク質の代表として「血中アルブミン」があります。肉や魚などのタンパク質を基に作られるもので認知症や骨粗しょう症の対策予防又は筋肉や血管、免疫細胞などの機能に不可欠な成分です。年を取るとこの「アルブミン」を作る力が弱まる傾向にあります。これが「老化」なんです。だからこそ肉をしっかりと食べるべきなのです。



150gの厚切り豚ロースに  
特製の生姜ソースをからめた自慢の一品。  
柔らかくてボリューム満点!!

### 厚切り豚ロースの生姜焼き定食

**980円** (＋税)



うどんが見えないほどの柔らかい牛肉をたっぷりのせた肉うどん!!

### ながさわ肉うどん

**780円** (＋税)



柔らかい黒毛和牛を  
特製和風タレで炒めた  
究極の焼肉丼!!  
黒毛和牛の旨みが  
口いっぱいに広がります。

### 黒毛和牛焼肉丼

**1,580円** (＋税)



厳選された黒毛和牛をすき焼き風に焼きながら  
まずは、うどんに入れてすき焼きうどんに。  
その後は、卵を絡めてご飯と一緒にすき焼き風で召し上がれ。

### 黒毛和牛すき焼きうどん **1,580円** (＋税)



自慢のハンバーグ、ソーセージ  
チキンステーキ。  
ながさわの伝統と技で  
他店とはひとあじ違う  
鉄板グリル新登場!!

### 洋食グリルセット

**1,080円** (＋税)