

New!

ハンバーグ

おさつポーク 無塩せきウインナー

JAPAN FOOD SELECTION

JAPAN FOOD SELECTION グランプリ 受賞

おさつポーク 無塩せきウインナーは 発色剤・着色料不使用で、甘みと旨みが詰まった ジューシなウインナーです。

GROW WELL

COMBO SET

グロウウェルコンボセット 各1,680円(税込1,848円)

サラダバー スープ パン or ライス(おかわり自由) 付

ハンバーグのソースは「ジャポネソース」か「デミグラスソース」をお選びください。

ハンバーグ

エビフライ

ハンバーグ

カキフライ

ハンバーグ

ポーク唐揚げ

ハンバーグ

ローストポーク

ハンバーグ

チキン南蛮

カキフライセット 1,680円(税込1,848円)

サラダバー スープ パン or ライス(おかわり自由) 付

エビフライセット 1,680円(税込1,848円)

サラダバー スープ パン or ライス(おかわり自由) 付

プラスメニュー

お飲み物やデザートも一緒にどうぞ!

ドリンクバー

好きなドリンクが飲み放題!

+300円 (税込+330円)

日替わりミニデザート

料理長自慢の手作りケーキ♪ チーズケーキ、ティラミス、ガトーショコラを日替わりで。

+330円 (税込+365円)

※本日のケーキはスタッフにおたずねください。

おすすめ

人気の“手作りタルト”をデザートに!

選べるタルト

店内のショーケースから好きなタルトを1つ選べる!

●マークのタルト +580円 (税込+638円)

●マークのタルト +480円 (税込+528円)

100円お得!

# 前菜からデザートまで全てが揃ったお得なランチセット

set menu

前菜プレート

メイン

(5種類から1品お選びください)

ライス or パン  
(おかわり自由)

スープ

サラダバー

ドリンクバー

デザートプレート



## GROW WELL Special LUNCH



最大  
**500円**  
お得!

おすすめ  
**+300円**で  
デザートプレートを  
お好きな**タルト**に!

グローウェル  
スペシャルランチ

**2,200円**  
(税込 2,420円)

★メイン料理は、下記の5種類から1品お選びください



特上ロースステーキ



特上ロースカツ



豚スネ肉のトマト煮込み



粒マスタードグリル



煮込みチーズハンバーグ

GROW WELL CAFE  
No.1 Menu!

日向おさつポークの  
上品な甘味と旨味がきわだつステーキ。  
自家製ジャポネソースでどうぞ。



日向おさつポーク  
特上ロースステーキ セット  
1,680円 (税込 1,848円)

サラダバー スープ パン or ライス (おかわり自由)

【単品】税込 1,548円

自家製  
ジャポネ  
ソース

- ダブルステーキ + 450円 (税込)
- トリプルステーキ + 880円 (税込)

ボリューム満点の日向おさつポークの特上ロースカツ。  
サクッとジューシーに仕上げました。



日向おさつポーク  
特上ロースカツセット 1,680円

サラダバー スープ パン or ライス (おかわり自由) 付 (税込 1,848円)

【単品】税込 1,548円

大好評!

リピート率No.1の大人気メニュー!  
一度食べたら、やみつきに



日向おさつポーク  
ローストポークセット 1,380円

サラダバー スープ パン or ライス (おかわり自由) 付 (税込 1,518円)

【単品】税込 1,218円

自家製  
ジャポネ  
ソース

GROW WELL CAFE  
No.2 Menu!

じっくり煮込んだ豚スネ肉は  
ホロホロと崩れるほど柔らか



日向おさつポーク  
豚スネ肉の  
トマト煮込みセット  
1,730円 (税込 1,903円)

サラダバー スープ パン or ライス (おかわり自由) 付

【単品】税込 1,603円

お箸で切れるほど柔らかい  
プルプルのお肉は、  
コラーゲンたっぷり!

スイートチリソース&  
バジルソース

日向おさつポーク

粒マスタード  
グリルセット 1,480円  
(税込 1,628円)

サラダバー スープ パン or ライス (おかわり自由) 付

【単品】税込 1,328円



プラス  
メニュー

お食事と一緒に!

おすすめ

人気の“手作りタルト”をデザートに♪

ドリンクバー +300円  
お好きなドリンクが飲み放題! (税込 +330円)

日替わりミニデザート +330円  
料理長自慢の手作りケーキ♪  
チーズケーキ、ティラミス、  
ガトーショコラを日替わりで。 (税込 +365円)

※本日のケーキはスタッフにおたずねください。



選べるタルト  
店内のショーケースから  
お好きなタルトを1つ選べる!

100円  
お得!



- マークのタルト +580円 (税込 +638円)
- マークのタルト +480円 (税込 +528円)

※写真はイメージです。※付け合わせの野菜は季節によって変わる場合があります。

※写真はイメージです。※付け合わせの野菜は季節によって変わる場合があります。

えびと貝柱の  
明太クリームパスタセット

1,380円(税込 1,518円)

サラダバー スープ パン(おかわり自由) 付

明太子のつぶつぶ食感がクセになる濃厚クリームソース！  
大葉との相性もGood♪

【単品】税込 1,218円

大盛り  
+210円  
(税込)

大人気！



日向おさつポーク

大盛り  
+210円  
(税込)

季節野菜の  
トマトソースパスタセット

1,280円  
(税込 1,408円)

サラダバー スープ パン(おかわり自由) 付

旬の野菜を特製トマトソースでいただけます。

【単品】税込 1,108円

Pasta



日向おさつポーク

大盛り  
+210円  
(税込)

生ハムとフレッシュトマトの  
オイルパスタセット

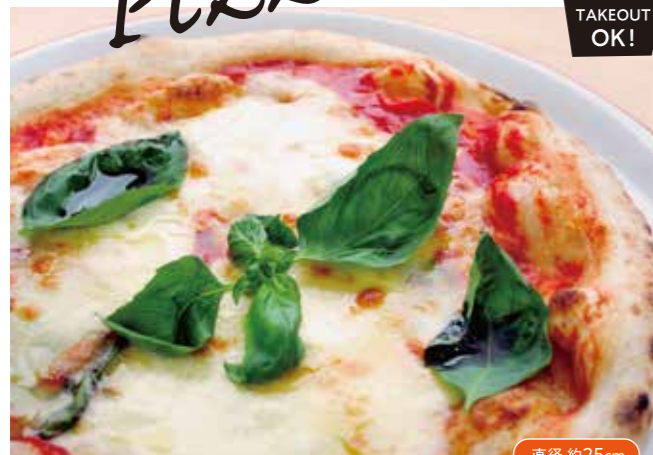
1,380円  
(税込 1,518円)

サラダバー スープ パン(おかわり自由) 付

トマトの甘味と日向おさつポーク生ハムの塩気が絶妙！

【単品】税込 1,218円

PIZZA



TAKEOUT  
OK!

マルゲリータ  
ピザセット

1,380円  
(税込 1,518円)

サラダバー スープ 付

イタリア産モッツアレラチーズとトマトソースのシンプルなピザ。

【単品】税込 1,218円

直径約25cm



TAKEOUT  
OK!

生ハムとフレッシュ野菜の  
ガーデンピザセット

1,480円  
(税込 1,628円)

サラダバー スープ 付

日向おさつポーク生ハムとフレッシュ野菜をバーニャカウダソースで。

【単品】税込 1,328円

直径約25cm

日向おさつポーク

日向おさつポーク100%の  
ハンバーグステーキは  
グロウウェルの人気の定番メニュー！



自家製  
ジャポネ  
ソース

自家製  
デミグラス  
ソース

日向おさつポーク

ハンバーグステーキセット  
〈デミグラスソース〉〈ジャポネソース〉

各1,280円(税込 各1,408円)

サラダバー スープ パン or ライス(おかわり自由) 付

【単品】税込 1,108円

日向おさつポークハンバーグを  
オーブンでこんがり仕上げました。  
チーズと半熟たまごでまろやかな味に。

日向おさつポーク

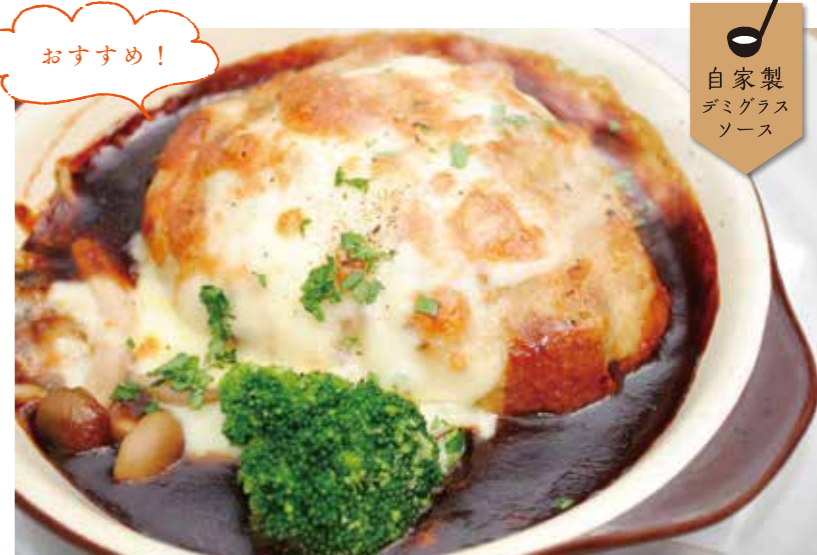
煮込みチーズ  
ハンバーグセット

1,480円  
(税込 1,628円)

サラダバー スープ パン or ライス(おかわり自由) 付

【単品】税込 1,328円

おすすめ！



自家製  
デミグラス  
ソース

プラス  
メニュー

お食事と一緒に！

おすすめ

人気の“手作りタルト”をデザートに♪

ドリンクバー +300円  
お好きなドリンクが飲み放題！ (税込 +330円)

日替わりミニデザート +330円  
料理長自慢の手作りケーキ♪  
チーズケーキ、ティラミス、  
ガトーショコラを日替わりで。 (税込 +365円)

※本日のケーキはスタッフにおたずねください。

選べるタルト

店内のショーケースから  
お好きなタルトを1つ選べる！

100円  
お得！

●マークのタルト  
+580円  
(税込 +638円)

●マークのタルト  
+480円  
(税込 +528円)



宮崎出身の料理長おすすめ!

### チキン南蛮セット 1,380円 (税込 1,518円)

サラダバー スープ パン or ライス (おかわり自由) 付

とり肉の旨味を閉じ込めたチキン南蛮は、一度食べたらずみつきに!

【単品】税込 1,218円



自家製香味醤油たれ

日向おさつポーク

### ポーク唐揚げセット 1,380円 (税込 1,518円)

サラダバー スープ パン or ライス (おかわり自由) 付

自家製香味醤油が染み込んだポーク唐揚げは、カリッとジューシー!

【単品】税込 1,218円



半熟たまごが中からとろ〜り

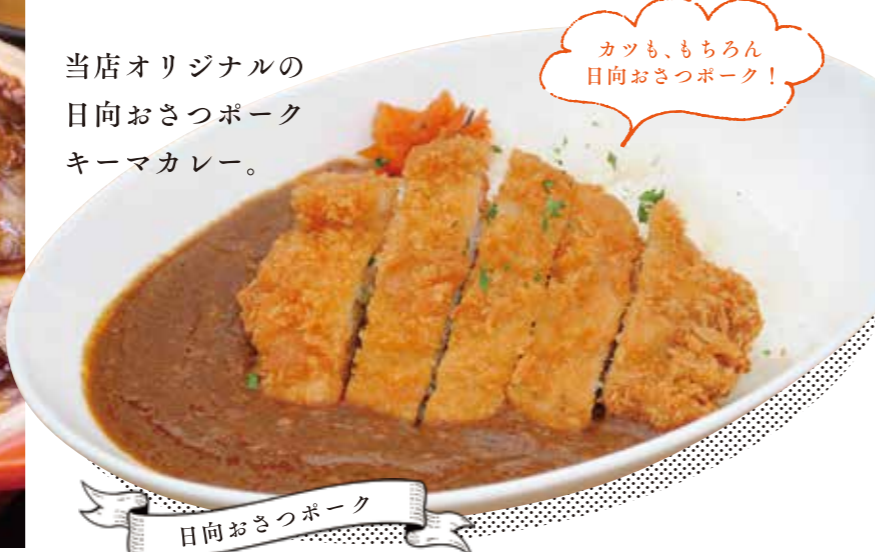
日向おさつポーク

### 焼きチーズカレーセット 1,380円 (税込 1,518円)

サラダバー スープ 付

チーズをかけてオープンでこんがり焼き上げました。

【単品】税込 1,218円



カツも、もちろん日向おさつポーク!

日向おさつポーク

### ロースカツカレーセット 1,480円 (税込 1,628円)

サラダバー スープ 付

サクサクのポークカツとスパイシーなカレーの相性は抜群!

【単品】税込 1,328円

**プラスメニュー** お食事と一緒に!

♡おすすめ 人気の“手作りタルト”をデザートに♪

**選べるタルト** 店内のショーケースから好きなタルトを1つ選べる!

**100円お得!**

- マークのタルト +580円 (税込 +638円)
- マークのタルト +480円 (税込 +528円)

**ドリンクバー +300円** (税込 +330円)  
お好きなドリンクが飲み放題!

**日替わりミニデザート +330円** (税込 +365円)  
料理長自慢の手作りケーキ♪ チーズケーキ、ティラミス、ガトーショコラを日替わりで。

※本日のケーキはスタッフにおたずねください。

※写真はイメージです。※付け合わせの野菜は季節によって変わる場合があります。

Light Meal

日向おさつポークの旨味がぎっしり詰まったハンバーガー。



TAKEOUT OK!

日向おさつポーク

### ハンバーガーセット

ドリンクバー 付 1,080円 (税込 1,188円)

【単品】税込 726円



日向おさつポークのローストポークサンドイッチ

TAKEOUT OK!

写真は一例です。本日の内容はスタッフにおたずねください。

### 日替わりサンドイッチセット

ドリンクバー 付 1,080円 (税込 1,188円)

【単品】税込 726円



ジューシーで甘味のある日向おさつポークのカツをサンド。

TAKEOUT OK!

日向おさつポーク

### カツサンドセット

ドリンクバー 付 1,250円 (税込 1,375円)

【単品】税込 913円



### フライドポテトセット

ドリンクバー 付 980円 (税込 1,078円)

【単品】税込 616円

※写真はイメージです。※付け合わせの野菜は季節によって変わる場合があります。

Cake set

ケーキは全て店内で焼き上げた、自家製ケーキです。



お好きなタルトを  
1つ選んで  
ケーキセットに!

タルトセット

ドリンクバー 付



1,100円 (税込 1,210円)

【単品】税込 748円

※季節によってタルトの種類が変わる場合があります。

チーズケーキ

ガトーショコラ

ティラミス

の中から2種類の  
ケーキを選んで  
プレートに。



ケーキプレートセット 1,480円 (税込 1,628円)

ドリンクバー 付

【単品】税込 1,166円

アイスクリーム 各420円 (税込 462円)

バニラ・チョコレート・抹茶・季節のアイス  
(季節のアイスの詳細はスタッフにおたずねください)



★ 単品メニュー

ドリンクバー ..... 650円 (税込 715円)

※小学生未満のお子様は 200円 (税込 220円)

サラダバー ..... 720円 (税込 792円)

※小学生未満のお子様は 200円 (税込 220円)

ごはん(おかわり自由) ..... 300円 (税込 330円)

パン(おかわり自由) ..... 300円 (税込 330円)

アルコール ..... 各500円 (税込 各550円)

グラスワイン 赤・白/ハイボール

焼酎 黒霧島(水割・お湯割・ロック・ソーダ)

中瓶ビール ..... 650円 (税込 715円)

小瓶キリンフリー ..... 500円 (税込 550円)

※写真はイメージです。※季節や仕入れ状況によって食材が変更になる場合があります。

# “おもちゃ”がついてる! Kids Menu

小学生までのお子様限定!

パンか  
ごはんか  
えらんでね!

パンか  
ごはんか  
えらんでね!



おもちゃつき

おこさま

プレートセット **980円**  
(税込 1,078円)

サラダ  
バー

ドリンク  
バー

スープ

＼セットに付いてます! /



おもちゃつき

おこさま  
パスタセット

**780円**  
(税込 858円)

サラダ  
バー

ドリンク  
バー

スープ

＼セットに付いてます! /

小学生未満の  
お子様は

サラダバー (単品) ..... **200円** (税込 220円)

ドリンクバー (単品) ..... **200円** (税込 220円)



GROW WELL CAFE

# Morning menu

平日 9:30 >>> 11:00 (10:30 L.O)

土日祝 8:30 >>> 11:00 (10:30 L.O)

## モーニングセット

スープ付き

### 980円

(税込 1,078円)

### お子様価格 780円 (税込 858円)

※小学生以下のお子様を対象です。

#### 単品メニュー

ドリンクバー 620円 (税込 682円)

サラダバー 720円 (税込 792円)

小学生未満のお子様のみ

サラダバー & ドリンクバー  
300円 (税込 330円)

いずれか1つをお選びください /

### A Set

#### おさつポークソーセージの ピザトースト

たっぷりのチーズで  
リッチに焼き上げました



### B Set

#### フレンチ トースト

ふわふわ卵とシロップで  
あま〜い朝食♪



### C Set

#### 日替わり サンドイッチ

(内容はスタッフにおたずね下さい)

軽くトーストしたパンで  
日替わりの具材をサンド

本日は たまごサンド



サラダバー



ドリンクバー

※写真はイメージです。





# Morning menu

平日 9:30 >>> 11:00 (10:30 L.O)  
土日祝 8:30 >>> 11:00 (10:30 L.O)

## モーニングセット

スープ付き

**980円**  
(税込 1,078円)

お子様価格 **780円** (税込 858円)

※小学生以下のお子様を対象です。

### 単品メニュー

ドリンクバー **620円** (税込 682円)

サラダバー **720円** (税込 792円)

小学生未満のお子様のみ  
サラダバー & ドリンクバー  
**300円** (税込 330円)

＼ いずれか1つをお選びください /

**A**  
Set

### おさつポークソーセージの ピザトースト

たっぷりのチーズで  
リッチに焼き上げました



**B**  
Set

### フレンチ トースト

ふわふわ卵とシロップで  
あま〜い朝食♪



**C**  
Set

### 日替わり サンドイッチ

(内容はスタッフにおたずね下さい)

軽くトーストしたパンで  
日替わりの具材をサンド



本日は ローストポークサンド

+



サラダバー

ドリンクバー

※写真はイメージです。



# Morning menu

平日 9:30 >>> 11:00 (10:30 L.O)  
土日祝 8:30 >>> 11:00 (10:30 L.O)

## モーニングセット

スープ付き

**980円**  
(税込 1,078円)

お子様価格 **780円** (税込 858円)

※小学生以下のお子様を対象です。

### 単品メニュー

ドリンクバー **620円** (税込 682円)

サラダバー **720円** (税込 792円)

小学生未満のお子様のみ

サラダバー & ドリンクバー **300円** (税込 330円)

／ いずれか1つをお選びください ／

**A**  
Set

### おさつポークソーセージの ピザトースト

たっぷりのチーズで  
リッチに焼き上げました



**B**  
Set

### フレンチ トースト

ふわふわ卵とシロップで  
あま〜い朝食♪



**C**  
Set

### 日替わり サンドイッチ

(内容はスタッフにおたずね下さい)

軽くトーストしたパンで  
日替わりの具材をサンド



本日は 生ハムサンド

+



サラダバー

ドリンクバー

※写真はイメージです。

# Cake Set

ケーキは全て店内で焼き上げた、自家製ケーキです。



お好きなタルトを  
1つ選んで  
ケーキセットに!

タルトセット

ドリンクバー 付



1,100円 (税込 1,210円)

【単品】税込 748円

※季節によってタルトの種類が変わる場合があります。



サクサクのパイとたっぷりのフルーツで  
贅沢なひと皿に。

ミルフィーユプレートセット

ドリンクバー 付

1,380円 (税込 1,518円)

【単品】税込 1,056円



チーズケーキ

ガトーショコラ

ティラミス

の中から2種類のケーキを選んでプレートに。

ケーキプレートセット

ドリンクバー 付

1,480円 (税込 1,628円)

【単品】税込 1,166円

※写真はイメージです。※季節や仕入れ状況によって食材が変更になる場合があります。