Hana Weekly

August 13-19

For Kowloon & NT Shops Only
九龍及新界區分店專用

華御結
hana-musubi

夏の収穫を味わう！

[御結] 米味噌脆野菜
Crispy Vegetables with Rice Miso

[御結] 紅鱈場蟹沙律
Red Snow Crab with Mayonnaise

8月限定 August Only

圖片只供參考 Images are for reference only

100% 日本米御結　Made with Japanese Rice

中環港鐵站店・藍田啟田商場店

hana-musubi Central MTR Station Shop, Kai Tin Shopping Centre Shop

現已隆重開幕
Now Open

華御結
hana musubi
はなむすび

夏本番を迎える8月。朝晩の気温が激しいこの時期は、体力の消耗が激しく、体調を崩しやすい季節と言われています。そのため、夏の暑さに負けない身体作りのために、今が旬の夏野菜を上手に取り入れていきたいものです。

日本における夏野菜とは、オクラ・きゅうり・トマトなどが代表的です。ビタミンやβカロチンを多く含み、カラフルな色合いが特徴です。特に「オクラ」は、ビタミンC・βカロチンに加え、食物繊維が豊富であるため、便秘や糖尿病予防、疲労回復にも効果的で、女性に大人気の夏野菜です。

今月の新御結では、夏野菜のきゅうり・山ごぼう・ネギが入った「【御結】パリパリ野菜の辛味噌和え」と今が旬で脂がのった「【御結】刻み穴子」をご用意しております。

また、新惣菜では、オクラをたっぷり使った「丸ごとオクラの旨塩ダレ　緑黄色野菜と豆腐のふわっと揚げ＆枝豆しょうが白揚げ」の他、日本の夏の風物詩である「冷やしそうめん」がオススメです。

是非ご賞味ください。

迎來８月盛夏，早晚氣溫溫差大，令我們需要更大的體力消耗，容易生病。為了讓身體能夠抵抗炎熱的天氣，今月我們搜羅了日本夏天當造的食材對抗炎夏。

說到夏天的蔬菜，秋葵、青瓜和蕃茄就最具代表性。它們都含有豐富維他命和β-胡蘿蔔素，而且色彩鮮豔。其中，「秋葵」富含食物纖維、維他命C和β-胡蘿蔔素，對於預防糖尿病或便秘、疲勞回復有很好的效果，是女性群中很受歡迎的夏季蔬菜。

本月的御結中，我們準備了混合青瓜、山牛蒡和青蔥的「米味噌脆野菜御結」和現正當造魚油味美的「醬燒銀星鰻御結」。而新的和風單品料理有使用了大量秋葵的「鹽漬秋葵伴枝豆魚餅」和「鹽漬秋葵伴野菜炸豆腐」，還有在日本夏天必定會吃的「和風冷素麵」。請務必細意品嚐！

華御結 董事長　西田宗生

8月限定 AUGUST ONLY

[御結] 紅鱈場蟹沙律
Red Snow Crab with Mayonnaise
日本的紅鱈場蟹加入特製沙律醬，鮮甜又開胃的選擇，讓人滿口盡是海洋滋味 。

[御結] 米味噌脆野菜
Crispy Vegetables with Rice Miso
多種口感爽脆的野菜配上惹味微辣米味噌，口感加上味覺的雙重刺激，讓人一試難忘。

[御結] 醬燒銀星鰻
Grilled Silver Conger with Soy Sauce
銀星鰻肉身有嚼勁，魚肉經過醃製後再配上濃郁燒鰻汁，讓銀星鰻的味道更突出。

和風咖哩漢堡扒
Japanese Curry Hamburger Steak
熱哄哄的漢堡扒上淋上濃香咖喱醬，刺激味蕾，令人食指大動。

和風冷素麵 (配鰹魚汁)
Japanese Somen with Bonito Sauce
日本製冷素麵爽滑無比，伴以芳香的鰹魚汁一口進食，是夏日輕怡清涼之選。

椒鹽雞腿
Fried Chicken Leg with Pepper Salt
嫩滑雞腿肉以黑胡椒及海鹽調味，再放於網架上灸燒讓雞肉香氣更突出。

鹽漬秋葵 伴 枝豆魚餅
Salt Pickled Okra with Edamame Fish Cake
色彩豐富的炸魚餅中有爽脆枝豆和蘿蔔，以薑蓉調味，口感煙韌；配以鹽漬秋葵味道清新獨特。

鹽漬秋葵 伴 野菜炸豆腐
Salt Pickled Okra with Fried Vegetable Tofu
豆腐中釀入8種食材和黃綠色蔬菜，再混入魚肉炸香，口感柔軟；伴以高纖鹽漬秋葵為健康之選。

香辣茄子小松菜
Spicy Eggplant with Komatsuna Greens
茄子和小松菜富含食物纖維又高鈣，配上雜菇再以鰹魚汁、韓式辣醬、芝麻和唐辛子調味，口感富層次。

100% 日本米御結

OMUSUBI RICE BALLS MADE WITH JAPANESE RICE

日本産「新潟越光米」使用

紅ズワイ蟹サラダ
紅鱈場蟹沙律
Red Snow Crab with Mayonnaise
168 kcal · **$18**
★ 配餐時需另加$2
As part of Meal Set, add $2 to price of Set

銀穴子のたれ焼き
醬燒銀星鰻
Grilled Silver Conger with Soy Sauce
174 kcal · $16

パリパリ野菜の米味噌
米味噌脆野菜
Crispy Vegetables with Rice Miso
152 kcal · $16

アンガス牛のすき焼き
安格斯牛蛋汁壽喜燒
Angus Beef Sukiyaki with Egg Yolk
174 kcal · **$20**
★ 配餐時需另加$4
As part of Meal Set, add $4 to price of Set

本格和風焼き肉
本格和風燒牛肉
Authentic Grilled Beef
164 kcal · $16

北海道産秋鮭ほぐし
北海道產秋鮭三文魚
Hokkaido Salmon Flake
142 kcal · $16

サーモン蒲焼き
蒲燒三文魚腩
Grilled Salmon Belly
180 kcal · $16

明太子サラダ
明太子沙律
Cod Fish Roe Salad
154 kcal · $16

ツナマヨ
吞拿魚沙律
Tuna with Mayonnaise
138 kcal · $16

辛子明太子
辛口明太子
Spicy Cod Roe
143 kcal · $16

タコわさび
芥末章魚
Octopus with Wasabi
135 kcal · $16

トロトロ卵かけご飯
流心濃香蛋黃
Melty Rich Egg Yolk
159 kcal · $16

種抜き丸ごとやわらか梅
原粒去核梅乾
Whole Pitted Plum
128 kcal · $16

きんぴら
金平牛蒡
Sauteed Burdock Root
148 kcal · $16

和風單品料理（小） JAPANESE SIDE DISHES

椒鹽雞腿
Fried Chicken Leg with Pepper Salt
95 kcal · $20

香辣茄子小松菜
Spicy Eggplant with Komatsuna Greens
72 kcal · $20

鹽漬秋葵伴枝豆魚餅
Salt Pickled Okra with Nadamame Fish Cake
80 kcal · $20

雞肉築前煮 (小)
Simmered Chicken with Vegetables (S)
113 kcal · $20

香烤漢堡扒 (小)
(配和風野菌汁)
Grilled Hamburger Patty (S) (w/ Japanese Mushroom Sauce)
208 kcal · $20

味噌鯖魚 (小)
Miso-Cooked Mackerel (S)
135 kcal · $20

厚切一口玉子燒 (小)
Diced Sweet Japanese Style Fried Egg (S)
189 kcal · $20

大學芋 (黑糖蜜蕃薯)
Candied Sweet Potato
398 kcal · $20

和風單品料理（大） JAPANESE ENTRÉES

和風冷素麵 (配鰹魚汁)
Japanese Somen with Bonito Sauce
265 kcal · $36

和風咖哩漢堡扒
Japanese Curry Hamburger Steak
328 kcal · $36

和風照燒雞扒
Teriyaki Chicken
357 kcal · $36

雞肉築前煮 (大)
Simmered Chicken with Vegetables (L)
270 kcal · $36

日本產野菜 更新鮮！更清甜！
蔬食生活 為健康打打氣

NEW hana Cup Salad Series Vegetables Direct from Japan

日本雜菜沙律 (煙三文魚)
Japanese Green Salad with Smoked Salmon
113 kcal · $45

VEG

日本雜菜沙律
Japanese Green Salad
46 kcal · $36

以上卡路里不包含沙律醬汁。
Calorie value for salads do not include salad dressing.

日本產野菜清甜美味的3大秘密

自家製濃湯 HOMEMADE SOUP

和風豆乳骨膠原雞湯
Collagen-Rich Chicken & Soy Soup
S: 157 kcal · $18
M: 197 kcal · $25
L: 236 kcal · $32

NEW

夏野菜蜆肉湯
Summer Vegetables and Clam Soup
S: 59 kcal · $18
M: 72 kcal · $25
L: 85 kcal · $32

熱哄哄手作便當

幕之內便當
Makunouchi Bento
$60
只限沙田科學園店、葵芳永得利廣場店有售

每週精選自家製咖喱飯
Weekly Special Homemade Curry Rice
$63
✚ 惹味咖喱 ✚ 配精選主菜
✚ 熱呼呼日本白米飯
只限沙田科學園店、葵芳永得利廣場店有售

✚ 白飯免費加大 ✚ 凡購買便當加 $12 即可選配自家製濃湯 (S) 一客

NEW 本月限定 This Month Only
再登場 By Popular Demand
VEG 素食品 Vegetarian Choice

圖片只供參考。餐單內容及價格或會有所調整，一切以店舖之最新安排為準。 Images are for reference only. Pricing and availability of dishes are subject to change.

自選御結套餐新體驗！

可自由選擇喜愛的御結、和風料理或日本菜沙律，
再搭配自家製濃湯，營養均衡每一餐！

套餐供應時間 12:00–15:00

華御結 hana-musubi

SET A2 $40
- $16或以下御結1個
- 自家製濃湯(小)
- 和風單品料理(小)

SET A1 $38
- $16或以下御結2個
- 自家製濃湯(小)

SET B $53
- $16或以下御結1個
- 自家製濃湯(小)
- $36之和風單品料理(大)

SET C $65
- $16或以下御結2個
- 自家製濃湯(小)
- $36之和風單品料理(大)

更多美味選擇

和風單品料理(大)可轉為
日本菜沙律($36) 或 和風單品料理(小) 2份

or

*或加 $9 升級至三文魚沙律($45)

+$7

自家製濃湯(小)
可升級至(中)湯

+$12

可加$16或以下
之御結1個

注：每項附加項目每份套餐只限轉或加一次。套餐價格按個別店鋪有所調整。圖片只供參考。

華御結分店 hana-musubi shops

港島區 HONG KONG ISLAND

銅鑼灣 崇光銅鑼灣 地庫2層17號專櫃	2831 8802	
上環 信德中心 2樓 231D 號鋪	2310 9119	
中環 新紀元廣場 2樓 204 室	2885 2011 / 6370 8437	
金鐘 海富中心商場 1樓 46 號	2520 2259	
New! **太古** 康怡廣場地下G12號鋪	2234 5164	
New! **柴灣** 興華廣場 1樓 117號鋪	2164 1898	
灣仔 灣景中心大廈 1樓8室	2877 7372	
灣仔 稅務大樓 地下2號鋪	2323 4554	
灣仔 集成中心 地下7號鋪	2891 7969	
太古 太古港鐵站 TAK 13 號鋪(近C出口)	2321 9081	
New! **金鐘** 金鐘港鐵站 ADM 28號鋪	2450 1238	
New! **中環** 中環港鐵站 CEN K8a 號鋪	2450 1606	

九龍區 KOWLOON

尖沙咀 iSQUARE 國際廣場 LG05A 號鋪	2338 1908	
觀塘 One Bay East 宏利大樓 地下 W1 號鋪	2351 3555	
觀塘 宏利金融中心 1樓 11 號鋪	3925 1488	
觀塘 創紀之城1期 地下 5B 號鋪	2529 0111	
九龍 九龍港鐵站 KOW 92 號鋪 (L2近D, E出口)	2799 1289	
九龍 奧海城一期 地下高層 UGK2號鋪	2509 3699	
New! **觀塘** 觀塘港鐵站 KWT 22號鋪	2450 1408	
New! **藍田** 啓田道50號啟田商場2樓218A號鋪	2528 5565	
九龍灣 一號九龍 地下大堂	6735 2072	
鑽石山 荷里活廣場 2樓 233 號鋪	2420 1238	
九龍灣 淘大商場1期 地下大堂 V & W位	2789 8468	
長沙灣 長沙灣廣場 2樓 K1 號鋪	2371 2614	
紅磡 黃埔新天地第2期 時尚坊地下 G28B號鋪	2697 4658	
New! **紅磡** 紅磡港鐵站 F4-F5 號鋪(近C出口)	2253 0263	
New! **九龍灣** 宏天廣場 地下大堂 Area A	6498 4085	

新界區 NEW TERRITORIES

沙田 沙田港鐵站 SHT 24 號鋪(入閘區大堂)	2362 1268	
大圍 大圍港鐵站 TAW 37 號鋪(入閘區大堂)	2895 5600	
大埔 科學園第1期核心大樓1座 地下 K001 號鋪	2607 4433	
將軍澳 將軍澳港鐵站 TKO 5 號鋪(近A出口)	2388 3393	
寶琳 新都城中心二期 1樓 1078 號鋪	2368 7197	
坑口 坑口港鐵站 HAH 18 號鋪(近B出口)	2169 3384	
荃灣 中染大廈8咪半商場 113 號鋪	2771 8187	
葵涌 永得利廣場 1樓大堂	6930 4598	
元朗 元朗港鐵站 YUL 5 號鋪(入閘區大堂)	2799 1169	
New! **葵涌** 活@KCC 1樓 102號鋪	2778 3787	

如欲了解更多分店資訊，請掃瞄二維碼。
Scan the QR code to visit our homepage for more shop address information.

© 2018 Hyakunousha International Ltd.

h-musubi.com HanaMusubiHK