

Monthly menu

6月のテーマ『緑の野菜で老化を防止』

この時期に採れる野菜には、抗酸化作用があるビタミンとカロテンが豊富。有害な活性酸素を除去してくれたり、皮膚や筋肉、血管などの細胞を強化するコラーゲンを生成する働きもあります。この時期旬の葉もの野菜をたくさん摂り入れることで、活性酸素を退治し、体内から若返りましょう。

● ホーレン草のナムル

● キュウリと海老のマヨ炒め

● グリンピースのポターージュ

● ソース焼きそば

● 厚揚げと小松菜の中華風煮込

● 豆腐と青梗菜のペペロンチーノ

※店内「Monthly menu」コーナーにてご用意しております

6月のメニュー

テーブルメニュー

Table menu

できたてを食べるだけでなく作る楽しみも！お客様の席で調理できるメニューをご用意しました。

● 合鴨と大根の豆乳鍋

合鴨の不飽和脂肪酸が動脈硬化や高血圧を予防し、大根に含まれるジアスターゼが消化を助けてくれます。



※店内各コーナーにてご用意しております

パフォーマンス

Performance

お客様の前でシェフが料理をお取り分け！目でも舌でも楽しめるメニューです。

● デザート餃子

今月のパフォーマンスは餃子の皮でいろいろなスイーツを包みました。目の前で焼き上がるアツアツのデザート餃子をお楽しみください。