



本日の（週替わり）

LUNCH MENU



水(浄化&シリカ水)・塩(マザーソルト)・砂糖(ラカント)・油(オリーブオイル)・だし醤油・だし酢にこだわり、元学校栄養士が考えた和洋折衷で体に優しいメニューになっています。

●週替わりランチ

週替りランチ(ドリンク 1 杯付き).....¥1,380



1 番人気♡

- ランチ+フリードリンク付き.....プラス¥300
- ランチ(ワンドリンク)+デザート付き.....プラス¥300
- ランチ+フリードリンク+デザート付き...プラス¥500



本日のランチメニュー

- 発芽玄米 or 白米
- ささみのレモン風味
- 中華スープ
- 10 品目のもち麦サラダ
- 人参ドレッシングのサラダ
- 厚揚げのチーズ焼き
- 金時豆と薩摩芋のクリームチーズ和え
- ポテトサラダ
- 手作り豆腐
- かぶの甘酢和え

- ・玄米を発芽させることで、gaba(ギャバ:ガンマアミノ酪酸)と食物繊維でアンチエイジングに作用します。
- ・食物繊維たっぷりのもち麦ラダでヘルシーに♪
- ・チーズ焼きは、厚揚げを使っても美味しく食べられるように工夫しています
- ・クリームチーズ和えは半分ヨーグルトを使い、カロリーオーバーを防ぎます
- ・人参ドレッシングは当店自慢の手作りです。ショーケースにてお土産販売もしています。
- ・お豆腐本来のうまみ甘みがある当店の手作り豆腐です。
- ・その他体に良い食材を沢山使って、おなか一杯になっても罪悪感がないメニューになっています♪

