



週間MENU



【営業時間】

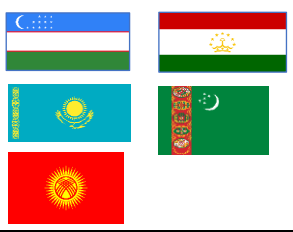
Lunch 11:30 ~ 14:00 (Lo.13:30)

Dinner 17:30 ~ 21:00 (Lo.20:30)

〈日替わり・DAILY〉

	Lunch① ¥750	丼 ¥750	Dinner① ¥850
11 / 17 MON	HALAL 678 kcal チキンカラヒ (パキスタン風チキンスパイシー煮込) Spicy stewed Chicken	HALAL 759 kcal チキンジャンバラヤ Chicken Jambalaya	HALAL 664 kcal さばのスパイシーグリル Grilled spicy Spanish Mackerel
11 / 18 TUE	HALAL 659 kcal 白身魚のチーズパン粉焼き Baked Crumbed Fish	HALAL 626 kcal シンガポールライス Hainanese Chicken Rice	HALAL 694 kcal ドゥンダマ (キルギス風鶏肉と野菜の蒸し煮) Braised Chicken and Vegetable
11 / 19 WED	HALAL 661 kcal ジャシャマル (ブータン風ホットチキンシチュー) Chicken and Red-pepper stew	HALAL 677 kcal 温玉ミートドリア Rice Meat sauce Gratin with Egg	HALAL 659 kcal さばと香草のターメリック炒め Stir-fried Spanish Mackerel with Turmeric
11 / 20 THU	HALAL 456 kcal 白身魚のはちみつレモンソース Fish sauté with Honey Lemon sauce	HALAL 682 kcal タイ風ガパオライス Thai-style Minced Chicken on Rice	HALAL 733 kcal チキンと長いものジンジャーソテー Stir-fried Chicken and Cheese Yam with Ginger sauce
11 / 21 FRI	HALAL 739 kcal 若鶏と彩野菜の生姜醤油ソース Fried Chicken with Ginger sauce	744 kcal ポークチャップライス Pork Chup with Rice	HALAL 702 kcal さばの甘酢炒め Sauteed Fish with Sweet and Sour Vinegar
11 / 22 SAT	HALAL 799 kcal グレナダ風さばフライスパイス煮 Deep-fried Mackerel in spicy sauce	HALAL 704 kcal バミヤ (エジプト風オクラとチキンのトマト煮込) Egyptian Chicken stew with Rice	740 kcal 麻婆茄子 Fried Eggplant with Chinese Chili sauce
11 / 23 SUN	609 kcal 豚肉と野菜の中華炒め Stir-fried Pork and Vegetable	HALAL 670 kcal ナシゴレン Indonesian Fried Rice	HALAL 667 kcal イワシの和風マスタードフライ Deep-fried Sardine with Japanese mustard

〈月替わり・MONTHLY〉【エスニック料理】 ¥850



11月 中央アジア料理 “Central Asian Platter”

Not Halal

〈週替わり・WEEKLY〉

Lunch②	Dinner②
HALAL 596 kcal 白身魚のから揚げエスニックソース Deep-fried Fish with spicy sauce ¥750	HALAL 675 kcal バジルチキン Grilled Chicken with Basil ¥850
◆ ベジタブルセット	
HALAL 631 kcal カリフラワーと厚揚げの韓国風ソース Stir Fried Deep-fried-Tofu and Cauliflower with Korean-style sauce ¥750	地球にも身体にも優しい菜食で開発途上国の学校給食支援をしませんか？ TABLE FOR TWO(=TFT)とは先進国で肥満や生活習慣病予防のために配慮された食事1食とる毎に、開発途上国の学校給食1食分に相当する20円が寄付されるしくみです。
◆ ベジタブルカレーセット	◆ ハラルカレーセット
HALAL 496 kcal レンズ豆のカレー Lentil Curry ¥750	HALAL 657 kcal キーマカレー Keema Curry ¥750
◆ パスタセット	◆ ヌードルセット
607 kcal スパゲティナポリタン Spaghetti with Tomato sauce ¥750	630 kcal 野菜みそラーメン Miso Soup Ramen with stir-fried Vegetables ¥750
◆ 週替わりアラカルト1	◆ 週替わりアラカルト2
HALAL 463 kcal トムヤムガイ (タイ風チキンスープ Hot&Sour) Thai-style spicy Chicken soup ¥650	459 kcal ポーク・コルドンブルー (ハム・チーズ挟みポークカツレツ) Pork outlet with Ham and Cheese ¥650