



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
3 / 30 MON	HALAL 662 kcal 白身魚のピカタ ヨーグルトナッツソース Fish piccata with Yoghurt sauce	HALAL 724 kcal チキンオーバーライス Chicken over Rice	740 kcal 麻婆茄子 Fried Eggplant with Chinese Chili sauce
3 / 31 TUE	HALAL 641 kcal フランゴ・ピカンテ (ポルトガル風スパイシーチキン) Spicy Chicken	HALAL 720 kcal ドモダ (ガンビア風ピーナッツチュー) Gambian Chicken stew with Peanut sauce	823 kcal 特製メンチカツ Minced Meat cutlet
4 / 1 WED	HALAL 803 kcal バジルフライドチキン Basil fried Chicken	713 kcal ロコモコ丼 Loco Moco	HALAL 746 kcal イワシと大葉梅風味天ぷら Sardine Tempura flavored with Plum
4 / 2 THU	698 kcal さばのオニオンピネガーソース Sautéed Mackerel with Onion sour sauce	HALAL 704 kcal チキン味噌カツライス Bowl of Rice topped with Chicken cutlet	HALAL 693 kcal 鶏肉のカレーマヨ焼き Grilled Chicken with Curry Mayonnaise
4 / 3 FRI	760 kcal チャプチェ Korean stir-fried Glass noodles	HALAL 596 kcal ラップ・カイ (ラオス風ひき肉ごはん) Laos-style Spicy minced Chicken	HALAL 664 kcal さばのスパイシーグリル Grilled spicy Mackerel
4 / 4 SAT	HALAL 577 kcal 白身魚のレモンパセリフリッター Fish fritters with Lemon and Parsley	675 kcal 韓国風焼肉丼 Korean Style Barbecue Bowl	HALAL 674 kcal ナイジェリアトマトシチュー Nigerian-style Tomato stew
4 / 5 SUN	789 kcal 豚肉の葱塩炒め Stir fried Pork and scallion	HALAL 728 kcal バターチキンカレー Butter Chicken Curry	HALAL 630 kcal 白身魚レモンクリームソース Fish meuniere with Lemon cream sauce

〈週替わり・WEEKLY〉

Lunch②	Dinner②
694 kcal ドゥンダマ (キルギス風鶏肉と野菜の蒸し煮) Braised chicken and vegetables ¥750	643 kcal 白身魚のチーズグラタン Fish gratin ¥850
◆ ベジタブルセット TABLE FOR TWO	
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	◆ ノードルセット
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15	◆ 週替わりアラカルト16
HALAL 447 kcal 森のケバブ (トルコ風鶏肉と野菜の煮込み) Chicken and Vegetable stew ¥650	HALAL 441 kcal スティックサモサ Samosa ¥650

〈月替わり・MONTHLY〉【エスニック料理】 ¥850

3月は

大洋州料理



4月は

ケニア料理

