





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
8 / 3 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 ㊦ 673 kcal さばのスパイシーグリル Grilled spicy Spanish Mackerel
8 / 4 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 ㊦ 638 kcal  ドゥンダマ (キルギス風鶏肉と野菜の蒸し煮) Braised Chicken and Vegetable
8 / 5 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
8 / 6 THU	HALAL ㊦ 512 kcal 白身魚のはちみつレモンソース Fish sauté with Honey Lemon sauce	HALAL ㊦ 708 kcal  タイ風ガパオライス Thai-style Minced Chicken on Rice	HALAL ㊦ 695 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
8 / 7 FRI	HALAL ㊦ 725 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 ㊦ 658 kcal さばの甘酢炒め Sauteed Fish with Sweet and Sour Vinegar
8 / 8 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 ㊦ 602 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
8 / 9 SUN	㊦ 609 kcal 豚肉と野菜の中華炒め Stir-fried Pork and Vegetable	HALAL ㊦ 668 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



8月

Not Halal

西アフリカ料理

“ West African Plate ”

〈週替わり・WEEKLY〉	
 Lunch②	 Dinner②
HALAL ㊦ 578 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 ㊦ 618 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	◆ ノードルセット
㊦ 607 kcal スパゲティナポリタン Spaghetti with Tomato sauce ¥750	㊦ 847 kcal 茄子と豚肉の冷やし中華 Cold Chinese Noodles ¥750
◆ 週替わりアラカルト1	◆ 週替わりアラカルト2
㊦ 486 kcal ショットブール (スウェーデン風ミートボール) Swedish-style stewed meatballs ¥650	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

※仕入れの都合によりメニューを変更する場合がございます。また時間帯によっては売り切れが発生する場合がございます。ご了承ください。