

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〉				〈週替わり・WEEKLY〉	
	Lunch① ¥750	丼 ¥750	Dinner① ¥850	Lunch②	Dinner②
10 / 26 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	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 618 kcal バジルチキン Grilled Chicken with Basil ¥850
10 / 27 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	◆ ベジタブルセット	
10 / 28 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	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。
10 / 29 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 707 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	◆ ベジタブルカレーセット	◆ ハラルカレーセット
10 / 30 FRI	HALAL 780 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	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
10 / 31 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 619 kcal バミヤ (エジプト風okra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	◆ パスタセット	◆ ヌードルセット
11 / 1 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	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
〈月替わり・MONTHLY〉【エスニック料理】 ¥850				◆ 週替わりアラカルト1	◆ 週替わりアラカルト2
10月は エジプト料理 Halal Friendly		11月は 北西アフリカ料理 Halal Friendly		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。