



食彩フレンチ

エネルギー700kcal 食塩 3g

通常約 1,200kcal 40%オフ 食塩 4.5g 30%オフ

Full course 6.500yen

期間 / 1月1日(月)～3月31日(土)

蕪で覆った天使の海老の冷製
越後妙高かんずり風味の
ヨーグルトソース

Les Hors d'Oeuvre



エネルギー	食塩	タンパク質
62kcal	0.2g	8.0g
脂質	炭水化物	食物繊維
2.6g	1.5g	0.5g

蕪で覆われたエビは天国に一番近いと言われるニューカレドニアでとれた「パラダイス・ブロン」で、とても濃厚でもっちりとした食感です。ヨーグルトにかんずりをきかせた豊かな風味と奥深い辛味で味わいます。

人参と新之助のブルーテ
カプチーノ仕立て

Les Soupes



エネルギー	食塩	タンパク質
47kcal	0.5g	1.1g
脂質	炭水化物	食物繊維
0.3g	10.2g	1.4g

ブルーテとは本来ルーをパイオンでのばしたソースのことですが、今回はルウを使わず、人参のスープに話題のお米、「新之助」でとろみと旨味を出しています。濃厚なスープと泡立てたカプチーノ仕立てのミルクの軽さが絶妙なハーモニーです。

真鱈のオリエンタル
フレッシュオレンジソース

Les Poisson



エネルギー	食塩	タンパク質
166kcal	0.8g	18.2g
脂質	炭水化物	食物繊維
7.9g	4.5g	1.2g

旬の真鱈をカレー風味にソテーしました。ソースは細かく切った野菜のマリネにオレンジの香りが爽やかに広がります。カレー風味、マリネの野菜、オレンジの3つの味をお楽しみ下さい。付け合わせのオカヒジキの食感もアクセントになっています。

テnderロインステーキ
グレイビーズソース

Les Viand



海藻サラダ

Les Salada



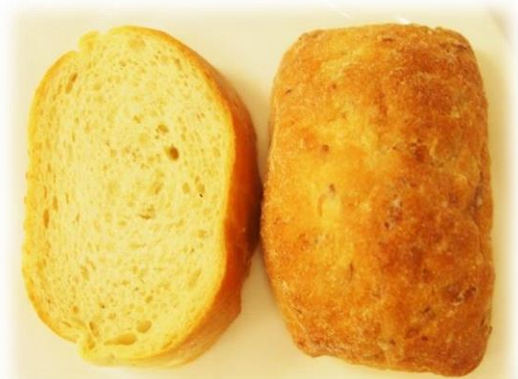
フルーツマチェドニア
蜂蜜アイス添え

Les Dessert



フランスパン
リュスティック

Les Pain



エネルギー	食塩	タンパク質
143kcal	0.6g	14.3g
脂質	炭水化物	食物繊維
5.8g	9.3g	2.5g

牛肉のなかで脂身が少ないけれど柔らかく上品な味わいのテnderロインをグリルしました。付け合せの彩り豊かな野菜や季節のさつま芋、キノコのローストは噛みごたえもあり、お肉のソースと一緒にいただくとおいしさ倍増、ボリューム感も◎です。

エネルギー	食塩	タンパク質
37kcal	0.3g	1.1g
脂質	炭水化物	食物繊維
1.7g	5.8g	2.3g

野菜と寒天は食物繊維・ミネラル・ビタミンも豊富。糖質の吸収をゆっくりさせて、コレステロールなどの吸収も程よく抑えてくれます。南高梅のソースは隠し味のハチミツでまろやかに仕上がりました。白い糸寒天の上にかけて目にも鮮やかです。

エネルギー	食塩	タンパク質
94kcal	0g	2.6g
脂質	炭水化物	食物繊維
3.6g	13.7g	1.5g

牛乳を使ったあっさりとしたアイスクリームに蜂蜜の甘味とおいしいフルーツ、3割が食物繊維であるバジルシードの独特の歯ざわりが心地よく調和するデザートです。なんと 94kcal です。(バジルシード 3g には 0.9g 食物繊維)

エネルギー	食塩	タンパク質
112kcal	0.6g	3.8g
脂質	炭水化物	食物繊維
0.5g	23.0g	1.1g

バターを一切使用していないフランスパンと、素朴でややもっちりしているリュスティックを提供しています。少しずつよく噛んで味わいながらお召し上がりください。