

 クリスマスイベント



メニュー 1人分単価 570 円

●オムライス

精白米	70g
ケチャップ	15g
ロースハム	15g
玉葱	30g
サラダ油	2g
オムライスシート	1枚
デミグラスソース	15g
パセリ	0.1g

●コーンポタージュ

コーンクリームスープ	12g
牛乳	10g
水	150g
クルトン	2g

●ザンギ

鶏もも(25)	2切
おろし生姜	1g
おろしにんにく	0.5g
醤油	2g
みりん風調味料	2g
小麦粉	3g
鶏卵	3g
サラダ油	5g

●ポテトフライ

フライドポテト	40g
サラダ油	3g
食塩	0.1g

●鮭のフライタルタルソース

骨無し鮭切り身(30)	1切
塩こしょう	0.1g
小麦粉	2g
鶏卵	2g
パン粉	2g
サラダ油	4g
タルタルソース	10g

●ミートローフ

豚挽き肉	50g
玉葱	20g
MIXバズダブル	10g
塩こしょう	0.2g
鶏卵	2g
パン粉	3g
ウスターソース	3g
ケチャップ	5g

●エビフライ

エビフライ25g	1尾
サラダ油	3g

●ウインナー

ウインナー	20g
-------	-----

●和風パスタ

乾)スパゲティ	10g
玉葱	20g
ベーコン	5g
しめじ	10g
塩こしょう	0.5g
醤油	2g
バター	1g
大葉	0.3g

●かぼちゃサラダ

南瓜	40g
玉葱	8g
胡瓜	5g
人参	3g
マヨネーズ	6g
塩こしょう	0.2g
サニーレタス	2g
レモン	6g
トマト	20g

●果物

オレンジ	1/4個
キウイフルーツ	1/8個
りんご	1/10個