



～今月のお食事～

大根と生姜のパスタスープ

今月の一品目は、体がポカポカ温まる寒い冬にぴったりなスープです。
冷え性の方にもオススメです。

チョップドサラダ

全ての具材を同じくらいの大きさに小さく切ったサラダです。
見た目も華やかなのでパーティにも♪好きな具材でいろんな
バリエーションを楽しめるのも魅力です。



左エ門風煮豚

柔らかくジューシーなごちそう煮豚です。
豚肉に多く含まれるビタミンB1は疲労回復に効果があります。

ほうれん草と柿の白和え

色鮮やかな白和えは、柿の優しい甘さがよく合います。
柿はビタミンC豊富なのでアンチエイジングにも◎です。

鶏せり鍋

鶏の旨味とシャキシャキの旬のせりがたっぷりと味わえるお鍋です。
せりの香りには鎮静作用があるといわれています。

とろろごはん 香の物

長芋はビタミン、ミネラルが豊富な美容に嬉しい食材です。
また食物繊維も豊富なので、肌荒れや便秘の改善にも効果があります。

黒糖ゼリーとチーズケーキ ベリーソース添え サイフォンコーヒー

甘さ控えめの大人の和スイーツ黒糖ゼリーと、しっとりコクのある
チーズケーキのセットです。
香り豊かなサイフォンコーヒーと一緒にどうぞ。

昨年もお来店頂きまして大変ありがとうございました。
今年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。

左エ門 スタッフ一同

