



月替わりパスタ

有機栽培デュラム小麦のスパゲッティ

栄養豊富な旬の美味しい有機野菜で



月替わりのパスタMENU

なすとひき肉のボロネーゼ

イタリアのボローニャ発祥のパスタ「ボロネーゼ」。
完熟トマトをベースに赤ワイン、旬の有機香味野菜と旨味の強い
三元豚・高栄養飼料で育った牛挽肉を使用し本格再現しました。
ジューシーでコクのあるソースが茄子の旨味と甘みを一層引き立てます。

LUNCH SET サラダ・ドリンク付き 税込1850円 単1250円 デザートSET 250円



茄子の主な栄養素



- 食物繊維 → 腸内環境を整え、食後の血糖値の急激な上昇を抑えたり血中コレステロール値を下げる働き。
- カリウム → 余分なナトリウムを排出する働きがあるので、塩分によるむくみや高血圧の予防に役立ちます。
- ナスニン → 主に紫色の外皮に含まれるポリフェノールの一種で抗酸化作用があり、視力改善や動脈硬化・がん・免疫機能の低下を防ぐと言われる栄養素。
- 葉酸 → 造血ビタミンといわれる養酸。赤血球を作る働きがあり、貧血改善の効果もあり。

☆栄養価アップの組み合わせ



☆ソースに使用している合いびき肉の豚肉のたんぱく質+茄子に含まれるビタミンCが美肌に有効なコラーゲンの生成を助け、牛肉の鉄分+茄子に含まれるコリンがより高い疲労回復の効果が期待できます。

夏バテで疲れたカラダにおすすめの組み合わせ♪



ビタミンとカロテンが豊富で大人なほろ苦さのあるシトウのトッピングで栄養プラス。味わいにアクセントを♪



□セット内容は裏ページからお選び頂けます。

