



2022年11月

今月の一押しメニュー

クラッシュ編



11

金

ケチャップソースの奥深い味とバターのコク香る「チキンライス」どこか懐かしい味わいです



フランスの田舎風サラダ「ペイザンヌサラダ」野菜と卵とベーコンの栄養バランスの良いサラダです

29

火

焼き豚の旨みとごま油香る「焼き豚チャーハン」とにかく絶品です♪



四川風辛口「マーボーあんかけ麺」炒め豆板醤の辛みと香ばしさがおいしく麺に絡みます

平均550Kcal ヘルシーだけど大満足！

是非食べてみてください！！