



2023年6月

今月の一押しメニュー

クラッシュ編



8

木



「ガパオ風ライス」
バジルとナンプラー
香る甘辛そばろが
初夏の食欲を
そそります!



タウリンと
ビタミンEが豊富な
「イカのバリ辛ステーキ」
パリッと七味で
イカのおいしさが
引き立ちます

23

金



夏野菜がたっぷり
食べられる
「ラタトゥイユパスタ」
ツナの旨みで
おいしさアップ!



濃厚チーズを使用した
「三種のチーズロール揚」
パスタとパンとの
相性もバツグンです

平均550kcal ヘルシーだけど大満足!

是非食べてみて下さい!!