

# Kenbi Dinner Course

## 健美ディナー膳

\$55.20

Total Calories = 473

\*誠に勝手ながら午後9時迄のご注文にて承ります。

\* Orders must be placed by 9 PM.



## TABLE FOR TWO

テーブルフォーツーは世界の食の不均衡を解消するために日本で設立された特定非営利活動法人です。この健美膳をお召し上がりいただきますと、開発途上国の給食1食分の金額である20セントが子ども達に寄付されます。

TABLE FOR TWO is a non profit organization founded in Japan. By ordering this course, you are making a healthy choice for yourself and 20 cents will be donated to provide a nutritional lunch for a child in a developing country.

### 一の膳

#### Appetizer

128 Calories

**血行促進、カロチン、ビタミンA、B1、C、E、ミネラル、カルシウム**

**Blood Circulation, Carotene, Vitamins A, B1, C and E, Minerals and Calcium**

小松菜 椎茸の浸し、揚げ牛蒡 *Boiled Green Vegetables and Shiitake Mushroom*

*with Fish Broth and Deep-Fried Burdock*

アスパラ胡麻和え

*Marinated Asparagus in Sesame Seeds Paste*

人参 豆乳 豆腐

*Carrot Soy Milk Tofu*

くらげ胡瓜 生姜酢

*Jellyfish and Cucumber Marinated in Ginger Vinegar*

野菜の炊き合わせ

*Simmered Vegetables*

(大根、南瓜、牛蒡、里芋、高野など) *(Daikon Radish, Pumpkin, Burdock, Taro, Koya Tofu)*

### 二の膳

#### 2nd Appetizer

155 Calories

**ジアスターゼ(消化促進)、ビタミンC、鉄分、たんぱく質**

**Digestive promotion, Vitamin C, Iron and Protein**

かぶのすり流し(かに身入り) *Turnip Soup with Crab Meat*

鮪、くみ湯葉の刺身

*Tuna Sashimi and Fresh Soy Milk Skin*

### 三の膳

#### Entrée

140 Calories

**ヨード、カルシウム、鉄分、コラーゲン**

**Iodine, Calcium, Iron and Collagen**

六穀米(胡麻塩)

*Six Grain Rice topped with Sesame Salt*

銀鱈の柚香焼き大根おろし

*Grilled Silver Cod with Ground Daikon Radish*

健美スープ

*Root Vegetable Soup*

ひじきの旨煮

*Simmered Hijiki*

### デザート

#### Dessert

50 Calories

**ビタミンC**

**Vitamin C**

マンゴーシャーベット

*Mango Sherbet*

季節のフルーツ入りヨーグルト

*Organic Yogurt with Fruit*

\*カロリー表示は目安です。(All calorie counts are approximate)