

パスタ、ピッツァ Pasta, Pizza,



海の幸のトマトソーススパゲッティ



SEAFOOD SPAGHETTI WITH TOMATO SAUCE

海の幸のトマトソーススパゲッティ ¥1,580 (税込¥1,706)

たんぱく質 33.9g 脂質 42.5g 炭水化物 74.9g 食塩相当量 2.4g カロリー 817kcal

SPAGHETTI WITH MEAT SAUCE

牛肉たっぷり特製ミートソースと茄子のスパゲッティ

たんぱく質 30.9g 脂質 55.3g 炭水化物 82.6g ¥1,280 (税込¥1,382)

食塩相当量 2.8g カロリー 952kcal

手づくりピッツァ生地使用 [直径 28cm]



ピッツァ マルゲリータ

PIZZA MARGHELITA

ピッツァ マルゲリータ ¥1,200 (税込¥1,296)

たんぱく質 33.6g 脂質 28.3g 炭水化物 100.8g 食塩相当量 4.0g カロリー 785kcal



PIZZA "MARINALA"

ピッツァ マリナーラ ¥1,000 (税込¥1,080)

チーズを使わずトマトソースとにんにく、アンチョビだけのシンプルなピッツァ

たんぱく質 19.3g 脂質 15.9g 炭水化物 103.4g 食塩相当量 6.2g カロリー 626kcal

グラタン、サンドイッチ、カレーライス Gratin, Sandwich, Curry Rice

PASTA GRATIN WITH SHRIMP AND SNOW CRAB

海老と紅ズワイガニのパスタグラタン

たんぱく質 30.1g 脂質 19.3g 炭水化物 37.0g ¥1,380 (税込¥1,490)

食塩相当量 3.0g カロリー 440kcal

CHICKEN SANDWICH

クラブハウスサンドイッチ ¥1,290 (税込¥1,393)

たんぱく質 36.9g 脂質 58.5g 炭水化物 72.1g 食塩相当量 3.2g カロリー 954kcal

BEEF CURRY RICE

欧風ビーフカレーライス ¥1,500 (税込¥1,620)

特製フンドヴォーと牛肉と野菜の旨みを活かした本格ビーフカレー

たんぱく質 29.1g 脂質 57.9g 炭水化物 123.0g 食塩相当量 4.0g カロリー 1124kcal



海老と紅ズワイガニのパスタグラタン



クラブハウスサンドイッチ

アヒージョ、スープ Ajillo, Soup

SHRIMP AJILLO

ぷりぷり海老のアヒージョ ¥800 (税込¥864)

たんぱく質 16.3g 脂質 39.8g 炭水化物 4.4g 食塩相当量 1.3g カロリー 441kcal

MUSHROOMS AND CHICKEN AJILLO

3種きのことチキンのアヒージョ ¥750 (税込¥810)

たんぱく質 13.3g 脂質 48.3g 炭水化物 5.9g 食塩相当量 0.8g カロリー 511kcal

VEGETABLE SOUP

大地の恵み12種野菜の食べるスープ

たんぱく質 6.2g 脂質 13.4g 炭水化物 18.7g ¥1,000 (税込¥1,080)

食塩相当量 2.1g カロリー 220kcal

CORN SOUP

サクサクルトンの特製コーンスープ ¥580 (税込¥626)

たんぱく質 4.0g 脂質 4.5g 炭水化物 23.1g 食塩相当量 1.5g カロリー 149kcal

MINISTRONE SOUP

田舎風ミネストローネスープ ¥580 (税込¥626)

たんぱく質 4.5g 脂質 8.3g 炭水化物 8.7g 食塩相当量 1.8g カロリー 128kcal



ぷりぷり海老のアヒージョ



大地の恵み12種野菜の食べるスープ