



■1F 元氣倶楽部のおすすめ

■大人の蒲焼(栴干葉産直サービス)

国産原料を厳選したサンマを蒲焼に、手摘み山椒(粉)を加えました。深みのあるスッカリとした甘辛いタレと爽やかな山椒の香りと刺激がたまらない『大人が食べたい蒲焼』です。100g 486円(税込)



■山形代表もも(山形食品株式会社)

山形県産の桃を旬の季節にギュッと搾った果汁100%のストレートジュースです。口にした瞬間まるでもぎたての果実をそのまま食べているような軟らかな甘さとやさしい香りにふんわりと包まれます。160g 155円(税込)



営業時間:9:30~17:30
10:00~16:00(第3土)
定休日:第3土以外の土日祝
TEL03-3632-5533 FAX03-3632-0933

■ INFORMATION

■(株)玄米酵素

おかげさまで46周年!

株式会社玄米酵素は、10月1日で創業46周年を迎えます。そこで『エコビル』では10月を創業月間として特典が満載です!健康セミナーに参加の方には冊子「ライフスタイル別食事法」をプレゼント!自然食れすとらん元氣亭では、酵素ドリンクの試飲や小鉢等を特別価格で提供いたします。



チケットレストラン加盟店



Facebook

元氣亭の新メニューやイベントのお知らせはこちらからもご覧いただけます!



■2F 自然食れすとらん元氣亭のおすすめ

■今月の2週目キャンペーン

期間:平成29年10月10日(火)~13日(金)
スタンプ3倍!!

期間中のお食事支払いの際にスタンプを押します。20ポイントたまとコーヒーまたはプチデザート、小鉢1つ、玄米おかゆ(数量限定)枚数に応じて既定の商品のいずれか一つをプレゼント!



■今月の本日のお食事(¥820)



大豆入りコロッケ



黒酢あんの酢豚風



車麩の揚げ煮



チャプチェ

- 1日(日) 貸切・ビュッフェ
- 2日(月) ベジミートのカレー竜田揚げ
- 3日(火) 黒酢あんの酢豚風
- 4日(水) 豆腐の紙包み焼き
- 5日(木) 豆乳きのこグラタン
- 6日(金) 納豆入り大根餅
- 7日(土)
- 8日(日)
- 9日(月)
- 10日(火) 車麩の揚げ煮
- 11日(水) ベジスペイン風オムレツ
- 12日(木) 野菜ごろごろ豆乳シチュー
- 13日(金) きのことたっぷりベジミートローフnew
- 14日(土)
- 15日(日)
- 16日(月) 揚げだし豆腐
- 17日(火) 大豆入りコロッケ
- 18日(水) 厚揚げの焼き豚風new
- 19日(木) チャプチェ
- 20日(金) チアシード入り豆腐ハンバーグ
- 21日(土)
- 22日(日)
- 23日(月) 高野豆腐のごまにんにく唐揚げnew
- 24日(火) マーボー豆腐
- 25日(水) 野菜の揚げ焼き浸し
- 26日(木) レンコン入り豆腐ハンバーグ
- 27日(金) 軽石揚げ
- 28日(土)
- 29日(日)
- 30日(月) 茄子の味噌炒め
- 31日(火) 豆腐のステーキきのこあんかけ

※都合によりメニューを変更することがございます。ご了承ください。
※毎月23日はカレーの日でやくぜんカレー980円が930円です。
※10月4日、5日は精進料理も提供いたします。
営業時間:11:30~14:30(ラストオーダー14:00)
定休日:土日祝 TEL03-3632-3933

■INFORMATION

■エコロッキングスクール特別教室(3階)

◆10月11日(水)ホシノ天然酵母パン教室
講師:木内 せつ子
時間:10:30~13:30、参加費:3,500円、定員:24名
持ち物:エプロン、三角巾、筆記用具、お手ふき
メニュー:ジンジャーパン 他

※アロママッサージをする為女性限定となります。
◆10月13日(金)お手軽クッキング
『糎の魅力たっぷりクッキング』
講師:八島 光子
時間:10:30~13:30、参加費:2,000円、定員:24名
持ち物:エプロン、三角巾、筆記用具、お手ふき
メニュー:豆腐と秋野菜の醤油糎あん 他

◆10月26日(木)お手軽クッキング
講師:梶山 敦子
時間:10:30~13:30、参加費:2,000円、定員:24名
持ち物:エプロン、三角巾、筆記用具、お手ふき
メニュー:お母ちゃんの太巻き2種、秋のすまし汁 他

※お申し込み・問い合わせく要予約
エコロッキングスクール
TEL03-6832-2345 FAX03-3632-3477
<http://www.genmaikoso.co.jp/cultivate/school/>
E-Mail:ecs@genmaikoso.co.jp

■今月の健康セミナー(4階エコロホール)

◆10月13日(金) 13:30~15:30 ※お弁当無し
講師:加藤 初美
テーマ:~美食同源~目指すはしなやかな心と身体
◆10月23日(月)18:00~19:30
講師:黒澤 博
テーマ:内側から元氣になれる健康法
◆10月27日(金)11:00~13:00
講師:川越 牧子
テーマ:~ささやかだけど最強の~
イキイキ元氣になる秘訣

有機玄米のお弁当500円(1000円相当)の予約が出来ます。
提供:自然食れすとらん元氣亭
参加お申し込みの際、お弁当の有無をお知らせ下さい。

※お申し込み・お問い合わせく要予約
(株)玄米酵素 東京支社
TEL03-5625-2345 FAX03-3632-7078
<http://www.genmaikoso.co.jp/>

