

# LUNCH SET MENU 紹介

## インドランチセットイメージ

### パランタ カレー1種類セット

※パバドとドリンク又はデザートが付きます。

好きなカレーを1種類又は、2種類選べます。



🌶️ カレーは、お好みで辛くできます!

ごはん  
ナン  
タンドリーロティ  
パランタ

ごはんとなんのハーフサイズからお好きな主食を選べます。

### タンドリーロティ



小麦と全粒粉と健康卵  
を加えてタンドリーで  
焼き上げます。

### パランタ



外はカリカリ!  
中はモチリ~  
バターチッチな  
南インドの薄焼きパン

### バター茶

塩とバター味のチベット人のソウルドリンクです。  
塩気のあるしょっぱいドリンクです。  
ぜひ一度おためしてください。

### チベットハーブティ

チベット伝承医学暦法研究所から発売されている  
ハーブティです。3つのお味を日替わりでお出ししています。

#### ルンティー

ノンカフェイン  
疲れやストレスを  
スーッと鎮めてくれる  
リラックス茶

#### エブリディティー

気・血・水の  
巡りを良くし、  
心身のバランスを  
整えるお茶

#### ガーデンティー

五官(五感の働く器官)  
をクリアに整える、  
風邪などの予防にも

### ツアンパヨーグルト



タシデレオリジナル! 自家製ヨーグルトに  
チベットの主食ツアンパ(麦こがし)と  
オーガニックはちみつをかけました。

### ハルワ



セモリナ粉とナッツ、ドライフルーツ  
で作ったカルダモンが薫る  
甘くてあったかいインドのスイーツです。