**2018年夏メニュー**

**ジェノベーゼそうめん**　　　　　　　**１人分**

そうめん　****1羽

　　　　　　　　　　　　　　　　　　だし醤油　適量

豆腐　1/2

 大葉　2枚

　　　　　　　　　　　　　　　　　　アボカド 1/4個

　　　　　　　　　　　　　　　　　　ニンニク(チューブ)・塩・胡椒　少々

**さば缶・夏柑橘ジュレサラダ**　　　　**1人分**

****サラダ菜　2枚

　　　　　　　　　　　　　　　　　　さば缶　1/4缶

柑橘　50g

　　　　　　　　　　　　　　　　　　人参　1㎝分

　　　　　　　　　　　　　　　　　**柑橘ジュレ**　**4人分**

粒々ジュース　400cc

 白だし　小2

 粉寒天　2.5g

 昆布茶　2g

 レモン汁　小2

**トマトアイス**

　　　　　　　　　　　　　　**1人分**

トマト　50ｇ

　　　　　　　　　　　　　　　ハチミツ　小1

 塩　少々

**アサイ―桃炭酸**　　　　　　　**1人分**

　　　　　　　　　　　　　　　アサイ―ジュース　100cc

 桃　　30g

 アガベシロップ　　小1

 炭酸　50cc