

全部食べても総カロリー約 500kcal!
美と健康へ導く『ヘルシーブ렉ファースト』
～ホテルでの優雅な朝活で、心も体もリフレッシュ～

ホテル椿山莊東京（東京都文京区・総支配人：本村 哲）では、2017年7月20日（木）より、イタリア料理「イル・テアトロ」にて、体の内側から健康へと導く栄養満点の朝食「ヘルシーブ렉ファースト」が登場します。

約40品目の良質な食材を使用しながら総カロリーは、約500kcal。低糖質、低カロリー、かつ不足しがちなビタミンC、カルシウム、食物繊維が豊富に含まれるメニューで、朝から体に栄養素を届けます。

1日の大切なはじまりに、美容、健康を意識するスマートな女性ならではの、優雅で贅沢な時間を過ごしていただきたい、との思いから、本メニューを考案いたしました。

卵白と無脂肪乳を使ってふんわり焼き上げたクレープは、「スチームチキンクレープ」と「スモークサーモンクレープ」の2種をご用意。クレープの中には、チキン、サーモン、レッドキャベツプラウト、ブロッコリースプラウトなど約10品目の様々な食材を包み、ヘルシーかつ、満足度の高いボリューム感のメニューです。野菜とチーズを練りこんだ塩味のケーキ「野菜のケーキサレ」は、人参・ズッキーニなど、アンチエイジングや美肌効果が高いといわれるβカロテンを豊富に含む緑黄色野菜をたっぷりとじ込めて仕上げました。ビタミンたっぷりの「シトラスの香りキヌアとトマトのサラダ」は、カラフルなチェリートマト、アマランサス、グレープフルーツ、オレンジなどを甘酸っぱいラズベリービネガーでマリネして、爽やかな目覚めにふさわしい味わいに。

そのほか、ミネラル・植物性色素などの60種類以上の豊富な栄養素を含むスピルリナを取り入れた「チアシードを浮かべたスピルリナとアボカドのスムージー」でエネルギーチャージ！

一日のはじまりに、緑溢れる優雅な空間で、美しく、美味しい朝時間をお楽しみください。



『ヘルシーブ렉ファースト』

■ 概要

◆イタリア料理「イル・テアトロ」『ヘルシーブラックファースト』

お問い合わせ 03-3943-5489 (9:00~20:00)

※ご予約は承っておりません。

- 期間 : 2017年7月20日(木)~通年
- 時間 : 6:30~L.O.10:30
- 料金 : 3,100円 ※消費税込・サービス料別
- メニュー : ヘルシーブラックファースト
 - ・ スモークサーモンとチキンのオープンホワイトクレープ
 - ・ シトラスの香るキヌアとトマトのサラダ
 - ・ チアシードを浮かべたスピルリナとアボカドのスムージー
 - ・ 野菜のケーキサレ(一人分/ワンプレートの栄養価 合計 518kcal、炭水化物 42.0g)
上記ほか、フレッシュジュースまたは本日のジュース、
ハーブティーまたは紅茶、コーヒー

本件に関するお問い合わせ先

藤田観光株式会社 ホテル椿山荘東京 マーケティング課 担当:内田・眞田
TEL. 03-3943-5506 (直通) FAX. 03-3943-1172 Email:pressroom@hotel-chinzanso.com