

LUNCH SET MENU

タシデレのお得なランチセット。セットのサラダには自家製の豆乳ドレッシングを使用。
チュラ(自家製チベットの柔らかいチーズ)入り。



チベットランチセット Tibetan Lunch Set

減農薬米を使用しています。



モモセット MOMO ¥1,300

(モモ6P・ライス・スープ・サラダ)

モモは代表的なチベット料理。粗挽き牛肉をたっぷり使った蒸し餃子です。皮から手作りのタシデレの看板メニュー。

VEGE モモの具はベジチーズに変更可能です。
ご注文時にスタッフにお申し付けください。



テントウクセット Thenthuk ¥1,300

(テントウク・モモ1P・サラダ)

豚肉と野菜がたっぷり入ったおいしいスープに、もちもちとしたすいとんが入っています。ホッとするお味です。

VEGE テントウクはベジ・テントウクに変更可能です。
ご注文時にスタッフにお申し付けください。



ピンシャセット Phingsha ¥1,400

(ピンシャ・モモ1P・ティンモ1P・ライス・サラダ)

ピンシャは豚肉・じゃがいも・春雨を煮込んだ味わい豊かな具たくさんのスープ。ティンモはチベットのシンプルな蒸しパンです。伝統的なチベット料理を味わえる欲張りでお得なセットです。



ラブシャセット Labsha ¥1,400

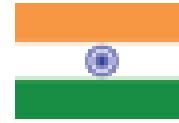
(ラブシャ・モモ1P・ティンモ1P・ライス・サラダ)

鶏肉と大根を炒めて煮込んだ具たくさんスープ。
肉の旨みが沁みこんだ大根が美味。
ティンモはチベットのシンプルな蒸しパンです。
伝統的なチベット料理を味わえる欲張りでお得なセットです。

どれかひとつお選び下さい！

Drink
or
Dessert

ラッシー / マンゴーラッシー ※ラッシーには自家製のカスピ海ヨーグルトを使用しております。
チャイ(HOT/ICE) / チベットハーブティー / バター茶
有機ティモールコーヒー(HOT/ICE) ※コーヒーのみ+200円
★ツアンパヨーグルト / ★ハルワ
★詳しくは、裏面のメニュー紹介をご覧ください。



インドランチセット Indian Lunch Set

●当店で、化学調味料は使用しておりません

🌶️ お好みで辛くできます！

ライスセット

(カレー・ライス・パパド・サラダ)

好きなカレー 1種類 ¥1,200
好きなカレー 2種類 ¥1,400

ナンセット(平日のみ)

(カレー・ナン・パパド・サラダ)

※チーズナン:+300円

好きなカレー 1種類 ¥1,200
好きなカレー 2種類 ¥1,400

タンドリーロティセット

(カレー・タンドリーロティ・パパド・サラダ)

好きなカレー 1種類 ¥1,300
好きなカレー 2種類 ¥1,500

パランタセット

(カレー・パランタ・パパド・サラダ)

好きなカレー 1種類 ¥1,300
好きなカレー 2種類 ¥1,500

ランチセットのカレーは下記よりお選びください。

チキンカレー

スパイスと玉ねぎでじっくり煮込んだチキンの旨みたっぷり。
マイルドなのでチリソースでお好みの辛さに調節してください。

サーグ・チキン

ほうれん草をペーストして作ったベースでチキンを煮込んだマイルドなカレー。

VEGE サーグ・パニール

ほうれん草をペーストして作ったベースにパニール(インドのカッテージチーズ)を入れたまろやかなカレー。

VEGE ミックス ベジタブルカレー

カリフラワー、なす、いんげんなどの野菜にパニール(インドのカッテージチーズ)も加えたヘルシーカレー。

本日のカレー

日替わりで変わるコックさんおすすめカレーです！
スタッフにお尋ねください。

LUNCH SET MENU 紹介

インドランチセットイメージ

(例) パランタ カレー 1 種類セット

※パパ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
パランタからお好きな主食を選べます。

タンドリーロティ



全粒粉小麦を加えて
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～
バターリッチな
南インドの薄焼きパン

バター茶

バターと塩味のチベット人のソウルドリンクです。
チベット茶にバターと塩、ミルクを加えて作るチベット式ミルクティーです。
ぜひ一度おためしください。

チベットハーブティ

チベット伝統医学療法研究所謹製ハーブティです。
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

ツァンパヨーグルト



タシデレオリジナル！自家製ヨーグルトに
チベットの主食ツァンパ(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、レーズン、パイナップル
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。