

※お盆期間(8/13～8/15)は除きます。

2012.6.1 ~ 2012.8.31

紫外線対策

お昼のみ
(11時～15時)
※14:30 オーダーストップ



美白マスクの
お土産付き!

効く!! ビタミンケア

紫外線対策メニュー指導



はつき皮膚科クリニック
院長 村山 葉月 先生

日本皮膚科学会認定皮膚科専門医
日本抗加齢医学会認定専門医
AEAJ認定アロマトセラピーインストラクター
高濃度ビタミンC点滴療法認定医
住所/鹿児島市中央町6-8メディカルプラザ中央
TEL / 099-806-1300

長年紫外線を浴びた事で起こる皮膚の老化現象を、光老化といいます。紫外線を浴びると活性酸素が大量に発生し、皮膚細胞が酸化(老化)します。この事により、メラニンが生成され、しみ、そばかす、くすみになったり、コラーゲンの変性が起こり、しわ、たるみになったりするのです。

そこで、光老化対策として、紫外線を浴びないようにするのももちろんですが、抗酸化作用(老化防止)に富んだ食材を多くとる事がより効果的です。早めの対策をして、いくつになっても若々しく、美しいお肌を保ちましょう。

10F

Top with Sky lounge トップグリル・スカイラウンジ



料金 ¥2,800 前日迄の要予約
●平日(月～金)限定1日10食

..... 色彩ランチ

黒豚コラーゲンと夏野菜のテリーヌ仕立て ポッシュした卵を添えて
レフォルソースとピーツのヴィネグレット
(夏野菜・・・赤黄パプリカ、ナス、ズッキーニなど)

ミネストローネスープ 赤紫蘇の香り
(スープ・・・トマト、玉葱、人参、キャベツ、セロリ、ベーコン、紫蘇など)

天使海老とサーモンムースのナッツ風味ソテー カボチャグリル添え
バルサミコ酢ソースとアボカドオイル

塩麹に漬け込んだ仔鴨のロースト ポテトとインゲン豆添え
ブドウとアプリコット風味の赤ワインソース

旬フルーツの冷たいグラタン仕立て マンゴーシャーベットと共に
(旬フルーツ・・・マンゴー、イチゴ、ダークチェリー、キウイ、パイナップル)

ローズhippティー

玄米パンとクルミパン アボカドオイル

美肌のツボ

■β-カロテン

<黒豚コラーゲンと夏野菜のテリーヌ仕立て>
※体内でビタミンAとして働く。強い抗酸化作用があり、皮膚や粘膜の健康を保つ。

■リコピン

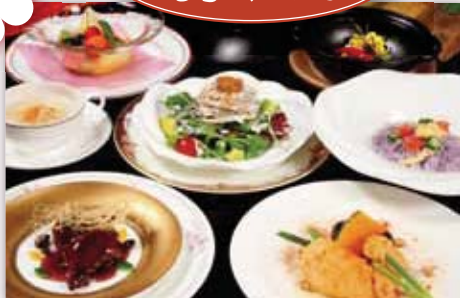
<ミネストローネスープ>
※抗酸化作用は、β-カロテンの2倍以上。

■アスタキサンチン

<天使海老とサーモンムースナッツ風味ソテー>
※強い抗酸化作用と老化防止作用。

3F

広東料理 翡翠廳



料金 ¥2,800 ※2名様より承ります。
●平日(月～金)限定

..... キレイは楽しい SMILEランチ

蒸し鶏のキレイサラダ バンバンジーヨーグルトソース
(野菜/トマト・アボカド)

ふかひれスープ 冬瓜みぞれ仕立て

夏野菜と海鮮のさくさく揚げ
きなこのイソフラボンパウダーをまぶして
(夏野菜/アスパラ・ヤングコーン・ネギ 海鮮/エビ・イカ)

ハタフィレの軽い煮込み
ローズマリーの香りと唐辛子をアクセントに

霧島熟成豚の赤ワイン酢豚
(野菜/カラピーマン(赤・黄・緑))

オクラとトマトのはんだまスープご飯

S M I L E デザート フルーツガスパチヨ

東方美人茶

美肌のツボ

■良質なたんぱく質

<蒸し鶏のキレイサラダ>
※皮膚の細胞を正常に働かせ、コラーゲンの合成にも関わる。

■アントシアニン

<はんだまスープご飯>
※抗酸化物質であるポリフェノールのも一種で強い抗酸化作用がある。

■ビタミンB群

<霧島熟成豚の赤ワイン酢豚>
※皮膚、髪、爪などの細胞の再生を促し、皮膚の新陳代謝を亢進させる。

1F

水簾



料金 ¥2,300

- 先附 スモークサーモンとグレイプフルーツのサラダ仕立て サラダセロリブルーベリー
- 造り 鱈たたき酒盗漬 アボカド掛け 湯むきトマト
- 煮物 かぼちゃの葛饅頭(冬瓜摺り流し(べつ甲飴) 鰻 鶏肉 椎茸
- 焼物 茄子ピリ辛味噌焼 甘長唐辛子添え
- 替鉢 冷しそば そば出汁 糸切り紫蘇 針人參 小葱 山葵
- 油物 苦瓜海老摺身射込み天婦羅 無花果うす衣田楽味噌掛け 海老天 振りうす塩 絞りレモン添え
- 御飯 雑穀米
- 香物 二種盛り
- 留汁 蜆汁 白味噌仕立て 小葱
- 甘味 枇杷コンポート 西瓜 ピオーネ

美肌のツボ

■ビタミンD

<スモークサーモン グレイプフルーツのサラダ仕立て>
※コラーゲンの合成を促進し、メラニン色素の沈着を防止。

■ビタミンE

<かぼちゃの葛饅頭>
※抗酸化作用が強く、皮膚の血行促進、皮膚の酸化防止、美肌に効果的。

■ビタミンC

<苦瓜海老摺身射込み天婦羅>
※苦瓜のビタミンCは加熱調理しても破壊されにくい。