

Le salon  
d'Alain

サロン・ダラン

Menus  
de mai  
2024



Menu du mois

今月のメニュー

Saveurs provençales

プロヴァンスの恵み



Calamar sauté aux herbes

イカのハーブソテー

Macaron de Provence

マカロン・プロヴァンス



Menu santé

ヘルシーメニュー

Renforce l'immunité

免疫アップ

鮭に含まれるアスタキサンチンやビタミンC、ビタミンEは、抗酸化作用栄養素とされています。また、アボカドのビタミンAで皮膚や粘膜の正常保持効果を高めます。

L'astaxanthine, la vitamine C et la vitamine E contenues dans le saumon seraient des nutriments antioxydants. De plus, la vitamine A de l'avocat prévient l'irritation de la peau et des muqueuses.



Galette de saumon

鮭のガレット

Bavarois à l'avocat

アボカドババロア



### DATES

・5月15日(水)10h30-13h30

Menu Santé

フランス語 A1レベル

フランス語 A2レベル

avec Christophe

・5月26日(日)15h15-18h15

Menu du mois

ワインのフランス語

avec Yoriko

・5月24日(金)10h-13h

Menu du mois

フランス語 B1レベル

avec Christophe

CULTURE  
INTERNATIONAL  
CLUB

03-5758-3875

3-10-16 Noge, Setagaya, Tokyo

cic@culture-francaise-tokyo.co.jp

www.culture-francaise-tokyo.co.jp