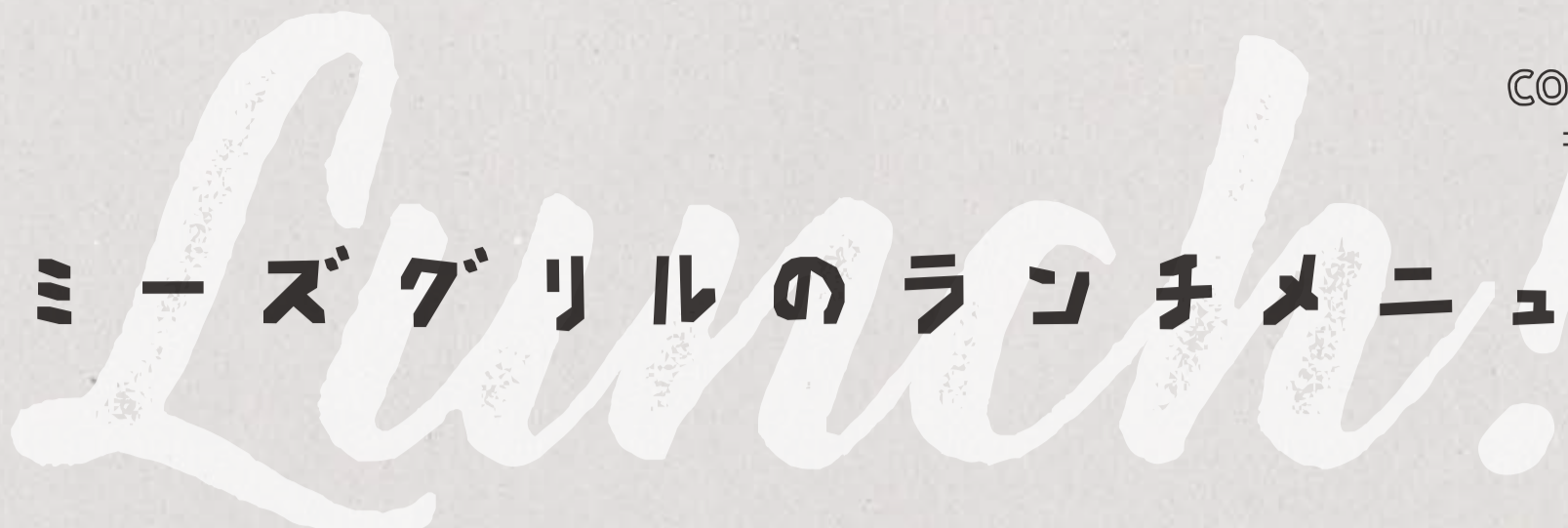


COFFEE / TEA

コーヒー または 紅茶

+150YEN

フミーズグリルのランチメニュー



果実とハーブのデトックスウォーター +0

フレッシュフルーツとハーブの自家製デトックスウォーターが4種類すべて飲み放題!

フミーズの お得なサラダセット +500

- ① 自家製野菜ジュース
- ② グラスワイン (スパークリング/白/赤) or コーヒー・紅茶
- ③ 「すごいサラダ」 ※ サラダは「本日のスープ」に変更もできます。



SALAD

バゲット付き / BAGUETTE INCLUDED



KALE CAESAR SALAD
ケールのシーザーサラダ

ケール
パルメザンチーズ
カッターチーズ
シーザードレッシング

880

CHOPPED SALAD
'ANTI AGING NUTS'
チョップドサラダ
「アンチエイジングナッツ」

レタス、トマト、おから
紫玉葱、ミックスビーンズ、人参
アーモンド、サンフラワーシード
くるみとごまのドレッシング

1080



CHOPPED SALAD
'LOW-CARBO BACON'
チョップドサラダ
「ロカボベーコン」

レタス、トマト、赤パプリカ
黄パプリカ、ほうれん草、ラディッシュ
ベーコン、卵、パルメザンチーズ
豆乳ドレッシング

1080

CHOPPED SALAD
'DETOX ASIAN'
チョップドサラダ
「デトックスアジア」

レタス、トマト、ブロッコリー、きのこ
紫玉葱、ほうれん草、パクチー
パンプキンシード、クコの実
ジンジャークリームドレッシング

1080



RICE



TERIYAKI
CHICKEN & RICE
てりやきチキン
& 雑穀米ごはん

てりやきチキン、目玉焼き
フライドポテト
雑穀米ごはん

880



SAUTEED BEEF
& RICE
フミーズの鉄板牛丼

牛肉、玉ねぎ、温泉たまご
紅生姜、フライドポテト
雑穀米ごはん

880



GAPRAO RICE
鉄板ガパオライス

豚肉、バジル、にんにく、目玉焼き
フライドポテト
雑穀米ごはん

880



VEGETABLE CURRY
W/RICE
1日分の野菜の
鉄板カレー

その日の野菜たっぷりカレー
フライドポテト
雑穀米ごはん

980



TACO RICE
鉄板タコライス

チリコンカン、目玉焼き
チーズ、レタス、トマト
雑穀米ごはん

980



'NEGITORO'
MINCED TUNA &
AVOCADO RICE
ネギトロアボカド丼

ネギトロ、温泉たまご
アボカド、てりやきソース
雑穀米ごはん

980



BEEF HAMBURG
LOCO MOCO

ビーフ100%ハンバーグの
鉄板ロコモコ
ペッパーソース または おろしポン酢

牛肉 100%ハンバーグ
目玉焼き、フライドポテト
雑穀米ごはん

1180



SALMON &
SALMON ROE
AVOCADO TOPPED RICE

サーモンとイクラ、
アボカドの親子丼

炙りサーモン、イクラ
温泉たまご、アボカド
てりやきソース
雑穀米ごはん

1180



GARLIC SAUTEED
PRAWNS W/RICE

鉄板ガーリックシュリンプ
&ライス

海老、バター、トマト、にんにく
フライドポテト
雑穀米ごはん

1180

FISH AND MEAT



SEARED TUNA,
BROWN BUTTER SAUCE

マグロの3色ペッパーグリル
焦がしバターのソース

ライス または バゲット付き

マグロ赤身
ホワイト/ブラック/ピンクペッパー
コチュジャンと
焦がしバターのソース、
パクチー、マッシュポテト

1680



BBQ PORK SPARE RIBS W/RICE

BBQ ポークスペアリブ
&雑穀米ごはん

ポークスペアリブ
バーベキューソース
フライドポテト
雑穀米ごはん

1680



AUSTRALIAN GRASS-FED BEEF
SIRLOIN STEAK (200G) W/RICE

オーストラリア産グラスフェッドビーフの
サーロインステーキ (200g)
&雑穀米ごはん

オーストラリア産牧草牛サーロイン
フライドポテト
雑穀米ごはん

1680



BEEF 'HITSUMABUSHI'
RICE SET

雑穀米ごはんの
牛ひつまぶし

雑穀米ごはんの牛ひつまぶし
薬味
お出汁

1680



TODAY'S RARE PARTS
GRILLED STEAK (200G) W/RICE

本日の希少部位の
グリルステーキ (200g)

ライス または バゲット付き

本日の内容は
スタッフにおたずね下さい。

2980

FOR KIDS

KIDS PLATE 650 YEN

15 種野菜のキッズプレート ... ミニチョップドサラダ / ハンバーグ / かぼちゃコロッケ / 16 穀米オムライス / ジュース (オレンジ or アップル) 付き

食物アレルギーのある方はスタッフにお声がけ下さい。 PLEASE TELL US IF YOU HAVE FOOD ALLERGY.