



■ イートインのお客様には、ベジプロス（野菜の出汁スープ）が付きます。

## CHOPPED SALAD チョップドサラダ



### 'RICH FLAVOR' リッチフレーバー

サーモン、しめじ、まいたけ、ほうれん草、ブロッコリー、じゃがいも、  
パルメザンチーズ、パブリカ、トリュフオイル  
● ハーブバタードレッシング

1180

534 kcal.  
(卵、大豆、乳、小麦)



### 'WARM UP' 冬の根菜

チキン、紅芯大根、人参、ゴボウ、カブ、りんご、  
アマニ、レンコンスライス  
● パルサミコンジャードレッシング

1080

402.2 kcal.  
(鶏肉、りんご、ナッツ類、大豆、乳)



### ① 'ANTI-AGING' NUTS [アンチエイジング] ナッツ

レタス、ローストチキン、おから、トマト、ミックスビーンズ、  
紫玉葱、人参、アーモンド、サンフラワーシード、くるみ  
● 焙煎くるみ & ごまドレッシング

980

383 kcal.  
(小麦、卵、大豆、くるみ、りんご、鶏肉、豚肉、ごま)



### ② 'BURN' SPICY [バーン] スパイシー

レタス、ローストチキン、パブリカ2種  
紫玉葱、ラディッシュ、セロリ、パクチー、サンフラワーシード  
● シラチャードレッシング

980

201 kcal.  
(小麦、えび、かに、卵、乳、鶏肉、大豆)



### ③ 'LOW CARBO' CHICKEN [ロカボ] チキン

レタス、ローストチキン、ボイルドエッグ、トマト、パブリカ2種、  
ほうれん草、ラディッシュ、パルメザンチーズ  
● シーザードレッシング

1080

338 kcal.  
(乳、卵、大豆、鶏肉)



### ④ 'DETOX' ASIAN [デトックス] アジアン

レタス、トマト、ブロッコリー、きのこ、ほうれん草、  
紫玉葱、パクチー、パンプキンシード、クコの実（ゴジベリー）  
● パクチードレッシング

1080

145 kcal.  
(大豆)



### ⑤ 'SUPER' D.I.Y. SPECIAL [スーパー] D.I.Y. スペシャル

レタス、アボカド、ローストチキン、ブロッコリー、パブリカ2種、  
ほうれん草、キヌア、パルメザンチーズ、アマニ  
● ビーツドレッシング

1280

401 kcal.  
(乳、大豆、鶏肉)



### ⑥ 'LIMIT' LOW CARBO [リミット] 低糖質

レタス、ローストチキン、ほうれん草、ラディッシュ、ブロッコリー、  
きのこ、パルメザンチーズ、キヌア、アマニ  
● 塩 & 黒胡椒 & オリーブオイル

1080

404.8 kcal.  
(乳、鶏肉、豚肉、小麦、大豆、りんご、卵)



### ⑦ 'RICH' ROAST BEEF [リッチ] ローストビーフ

レタス、ほうれん草、雑穀米、キヌア、パブリカ2種  
● ノンオイル和風玉ねぎドレッシング

1280

525 kcal.  
(小麦、卵、大豆、りんご、牛肉、鶏肉)

## HALF AND HALF ハーフ&ハーフ

### ハーフサイズの丼とハーフサイズのチョップドサラダ

ハーフチョップドサラダは  
2種類よりお選びください …

'ANTI-AGING' NUTS  
・[アンチエイジング] ナッツサラダ

'LOW CARBO' CHICKEN  
・[ロカボ] チキン



### BROILED SALMON, AVOCADO SALMON ROE ON RICE

炙りサーモンといくら、アボカド丼  
温玉のせ

1280

(大豆、小麦、卵)



### NEGITORO & AVOCADO ON RICE

ネギトロアボカド丼

1280

(小麦、卵)

## FULL CUSTOM - YOUR ORIGINAL- フルカスタムサラダ

### [REGULAR] ..... 880

### GREEN SALAD + 5 TOPPINGS.

グリーンサラダ + トッピング5種の「レギュラー」。

① CHOOSE 5 TOPPINGS. 下記のトッピングからお好きな5種をどうぞ。  
(6種類目以降は各+¥100となります)

RADISH ラディッシュ	BROCCOLI ブロッコリー	TOMATO トマト	PURPLE ONION 紫玉ねぎ	BOILED EGG 卵
MUSHROOMS きのこ	POTATO じゃがいも	SPINACH ほうれん草	BEANS ミックスビーンズ	OKARA-SOY PULP おから
BELL PEPPER パブリカ	CELERY セロリ	CARROT 人参	RED RADISH 紅芯大根	BURDOCK ゴボウ
QUINOA キヌア	APPLE りんご	ALMOND アーモンド	CHESTNUT くるみ	PARMESAN CHEESE パルメザンチーズ
GOJI BERRY クコの実	SUNFLOWER SEED サンフラワーシード	PUMPKIN SEED パンプキンシード	FLAXSEED アマニ	

### ② CHOOSE DRESSING. お好きなドレッシングを1種どうぞ。

RED BEET VINEGAR ビーツ	ROAST CHESTNUT & SESAME 焙煎くるみ & ごま	SRIRACHA シラチャ
CORIANDER パクチー	OLIVE OIL & SALT & PEPPER オリーブオイル & ソルト & ペッパー	NON-OIL ONION ノンオイル 和風玉ねぎ
CAESAR シーザー	BALSAMICO & GINGER バルサミコ・ジンジャー	

OPTIONAL TOPPINGS	+100	+200	+300
お好みで追加トッピングも。	MIXED GRAIN RICE 雑穀米	CHICKEN チキン	AVOCADO アボカド
	LARGE SIZE グリーンベース増量	CORIANDER パクチー	ROAST BEEF ローストビーフ
		SALMON サーモン	

記載している効能は期待できる項目であり、その効果を保証するものではありません。

サラダは全品テイクアウト可能です。

YOU CAN TAKE AWAY ALL SALADS.

## D.I.Y. PLATE D.I.Y. プレート

グリーンサラダ、本日のサイドディッシュ、  
雑穀米ごはん、お好みのメインディッシュ  
(店内でお召上がりの場合はベジプロス付き)



### CHOOSE YOUR MAIN DISH.

メインディッシュを  
お選び下さい。

CHICKEN  
本日のチキン料理

850

本日のメインディッシュの内容は  
スタッフにおたずね下さい。

BEEF  
本日のビーフ料理

1080

### DRINKS お飲みもの

自家製デトックスウォーター	200
コーヒー（ホット / アイス）	200
カフェラテ（ホット / アイス）	250
ソイラテ（アイス）	250
紅茶（ホット / アイス）	200
ジャスミンティー（ホット / アイス）	200
オレンジジュース・グレープフルーツジュース	200
クランベリージュース	200
トマトジュース	200
ビール（ハートランド）	450
ワイン（赤 / 白）	400

当店のメニューはすべて同じ調理施設、器具を使用して調理しております。

メニューにも特定原材料の記載はしておりますが、

内容についてはお気軽にスタッフまでお尋ね下さい。