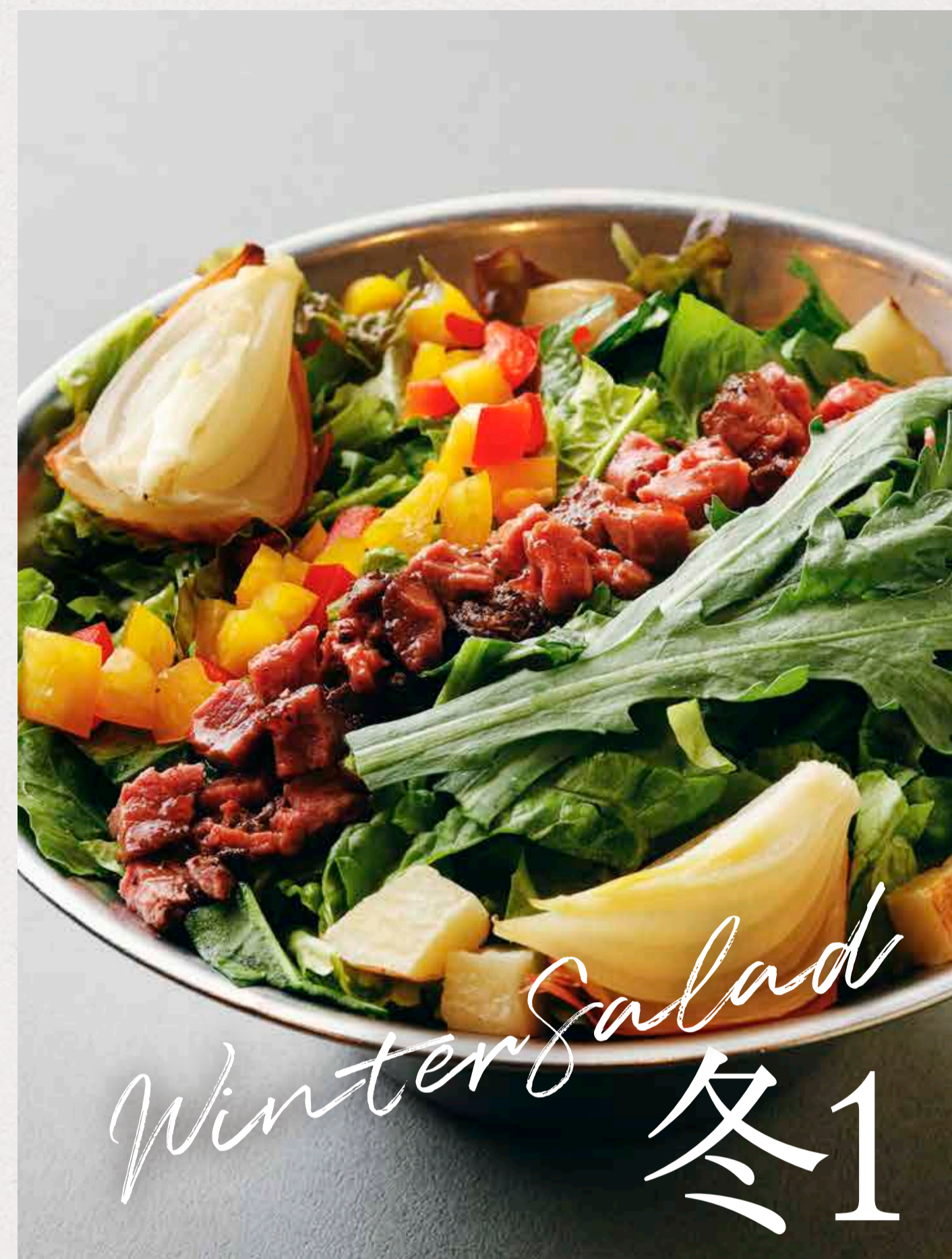




■ イートインのお客様にはベジブロス (野菜の出汁スープ) が付きます。

サラダはテイクアウト可能です
YOU CAN TAKE AWAY SALADS.



'BRIGHT LIGHT' 冬の光明
レタス、ローストビーフ、ローストオニオン、春菊、じゃがいも、パプリカ、ほうれん草
●バルサミコドレッシング&トリュフドレッシング
1480 486 kcal.
(牛、乳、小麦、大豆)



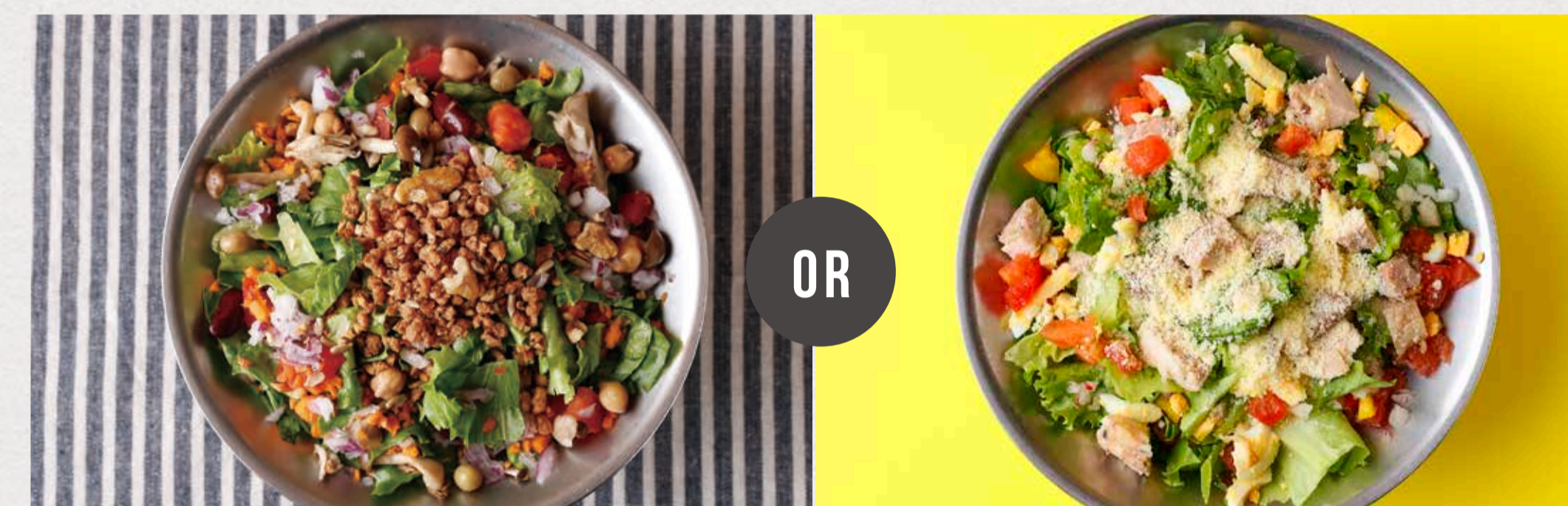
'RECOVERY' ハニー & クリームチーズ
レタス、クリームチーズ、生ハム、さつまいも、じゃがいも、トマト、りんご、ラディッシュ、レーズン、くるみ、ハチミツ
●バルサミコジンジャードレッシング
1480 468 kcal.
(豚肉、大豆、乳、小麦、りんご、くるみ)

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



・炙りサーモンといくら、温玉アボカド丼 (大豆、小麦、卵、魚卵) OR ・ネギトロ温玉アボカド丼 (大豆、小麦、卵、魚卵)



・[アンチエイジング]ナッツサラダ OR ・[ロカボ]チキン

BROILED SALMON, AVOCADO & SALMON ROE & EGG ON RICE W/ HALF CHOPPED SALAD
炙りサーモンといくら、アボカド丼
+ハーフチョップドサラダ
1480

NEGITORO & AVOCADO & EGG ON RICE W/ HALF CHOPPED SALAD
ネギトロアボカド丼
+ハーフチョップドサラダ
1480

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

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

宮城県産米使用



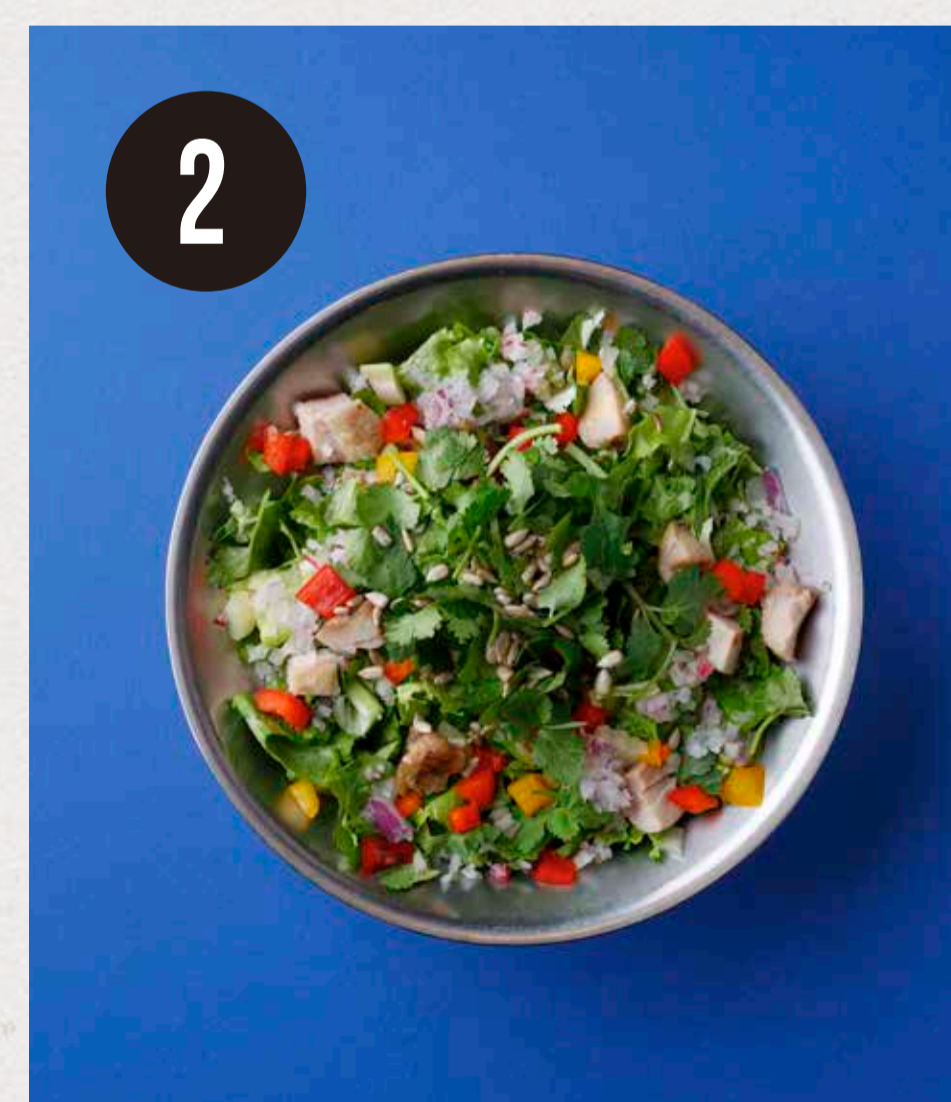
メインディッシュをどちらかお選び下さい。
CHOOSE YOUR MAIN DISH.
CHICKEN OR BEEF
本日のチキン料理 1180
本日のビーフ料理 1380

※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。

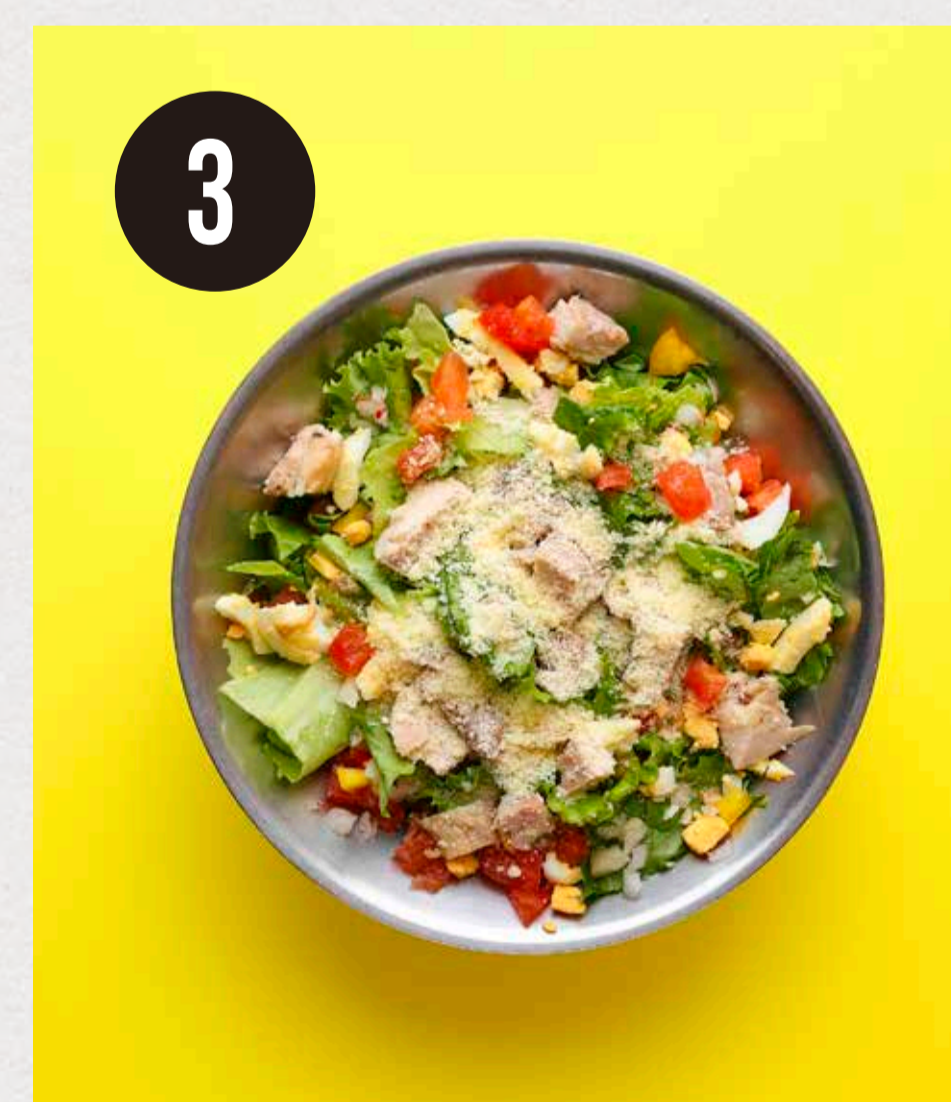
CHOPPED SALAD チョップドサラダ



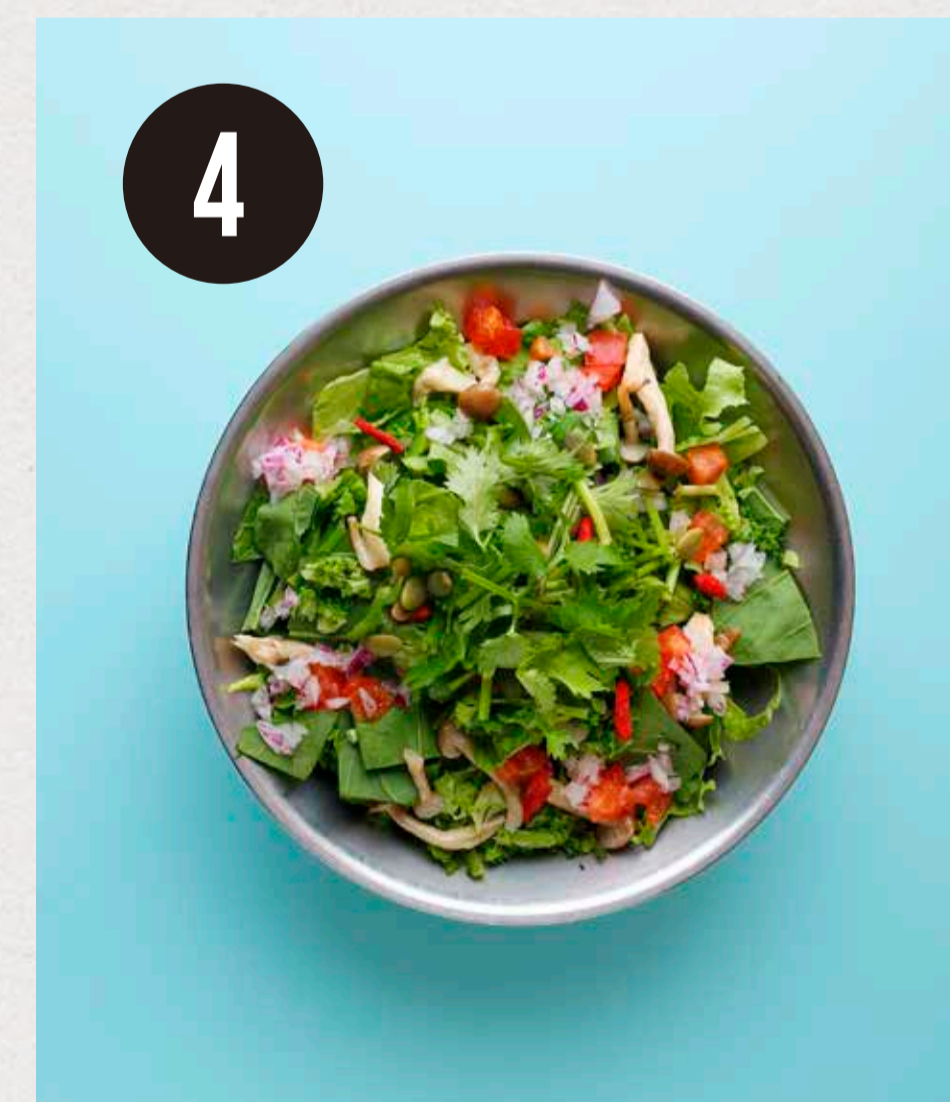
'ANTI-AGING' NUTS [アンチエイジング]ナッツサラダ
レタス、大豆ミート、きのこ、トマト、ミックスビーンズ、紫玉葱、人参、アーモンド、サンフラワーシード、くるみ
●焙煎くるみ & ごまドレッシング
1080 375 kcal.
(小麦、卵、大豆、豚肉、鶏肉、りんご、ごま、アーモンド、くるみ)



'BURN' SPICY [バーン]スパイシー
レタス、ローストチキン、パプリカ、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
●スパイシーマヨドレッシング
1180 368 kcal.
(小麦、卵、乳、鶏肉、大豆)



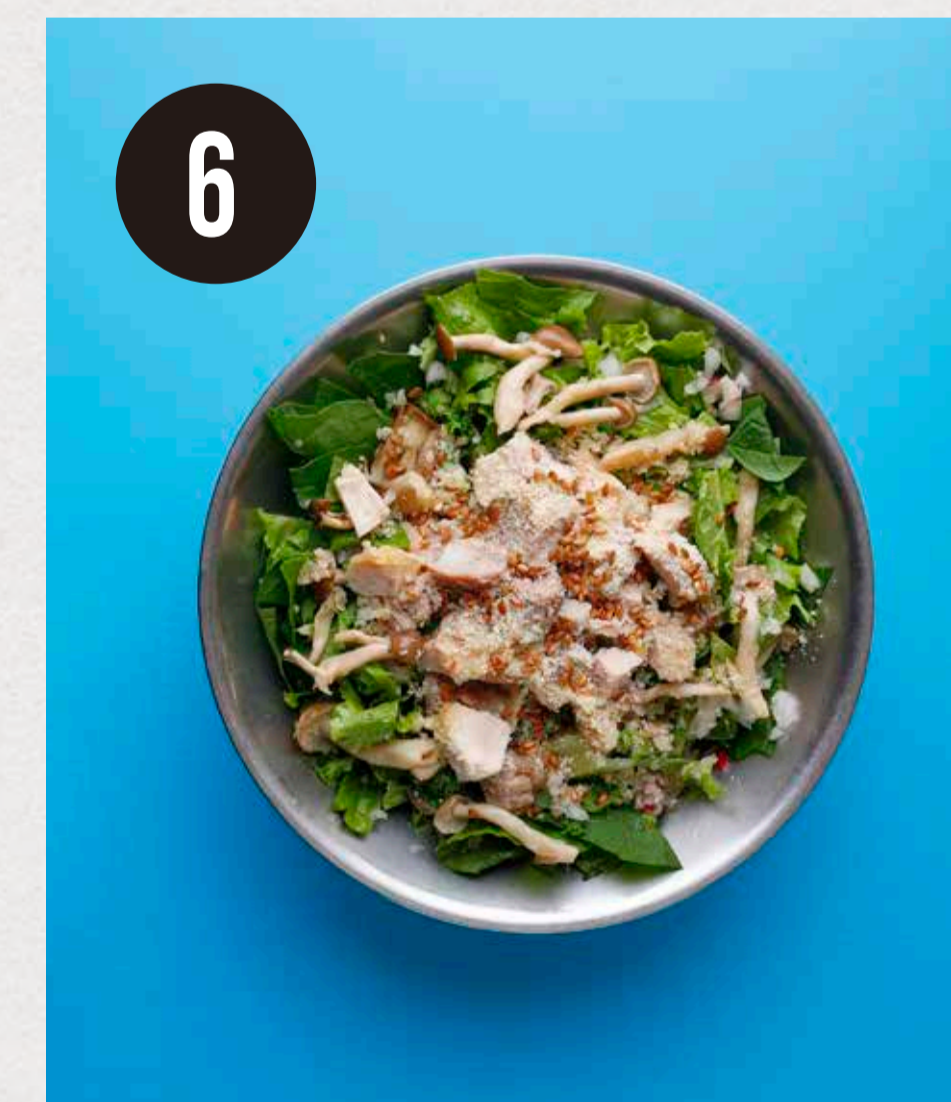
'LOW CARBO' CHICKEN [ロカボ]チキン
レタス、ローストチキン、ボイルドエッグ、トマト、パプリカ、ほうれん草、ラディッシュ、バルメサンチーズ
●シーザードレッシング
1180 338 kcal.
(小麦、乳、卵、大豆、鶏肉)



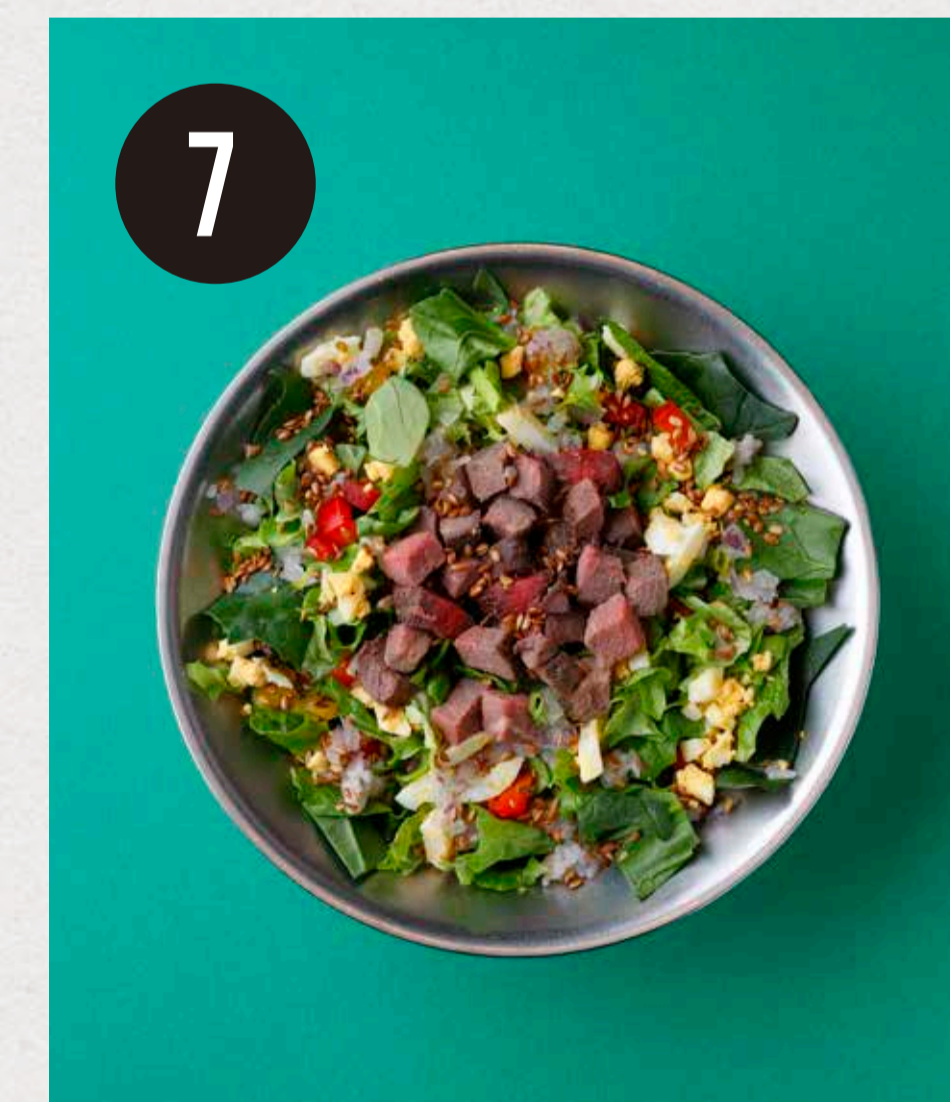
'DETOX' ASIAN [デトックス]アジアン
レタス、トマト、ブロッコリー、きのこ、ほうれん草、紫玉葱、セロリ、パクチー、パンキンシード、ココの実(ゴジベリー)
●ハウチードレッシング
1180 145 kcal.
(卵、大豆)



'COBB' SALAD [コブサラダ]
レタス、大豆ミート、ほうれん草、アボカド、トマト、ボイルドエッグ、かぼちゃ、ピンクグレープフルーツ、ミックスビーンズ、キヌア
●コブサラダドレッシング
1280 478.4 kcal.
(小麦、卵、乳、大豆)



'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、バルメサンチーズ、キヌア、アマニ
●塩 & 黒胡椒 & オリーブオイル
1280 404.8 kcal.
(鶏肉、小麦、大豆、乳)



'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、ローストビーフ、ボイルドエッグ、紫玉葱、パプリカ、アマニ
●ノンオイル和風玉ねぎドレッシング
1380 525 kcal.
(小麦、卵、大豆、りんご、牛肉、鶏肉)

8 FULL CUSTOM - YOUR ORIGINAL フルカスタム ... トッピングを全てお選び頂くオリジナルのサラダ。別紙メニューをご覧ください。 1080~