



スープが新しくなりました！

イートインのお客様には季節のスープが付きます。FOR EAT IN, SOUP INCLUDED. NOW SERVING: MINESTRONE サラダはテイクアウト可能です。SALADS AVAILABLE TO GO.

CHOPPED SALAD チョップドサラダ



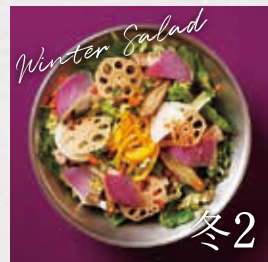
冬1

‘RECOVERY’ ハニー & カマンベール

レタス、カマンベールスライス、生ハム、さつまいも、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

1580

468 kcal.
(豚肉、大豆、乳成分、小麦、りんご、くるみ)



冬2

‘VIBRANCY SALAD’ 越冬

レタス、白菜、ローストチキン、フライドレンコン、ごぼう、かぶ、ブロッコリー、紅芯大根。にんじん、ゆず
●ごま味噌ドレッシング

1580

288 kcal.
(小麦、大豆、卵、鶏肉、豚肉、ごま、りんご)



① ‘ANTI-AGING’ NUTS [アンチエイジング] ナッツ

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

1180

375 kcal.
(小麦、卵、大豆、豚肉、鶏肉、りんご、ごま、アーモンド、くるみ)



② ‘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

1280

368 kcal.
(小麦、卵、乳成分、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、パプリカ、ほうれん草、ラディッシュ、バルメザンチーズ
●シーザードレッシング

1350

338 kcal.
(小麦、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、セロリ、パクチー、パンブキンシード、クコの実（ゴジベリー）
●パクチードレッシング

1280

145 kcal.
(卵、大豆)



⑤ ‘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

1380

478.4 kcal.
(小麦、乳成分、卵、大豆)



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、バルメザンチーズ、キヌア、アマニ
●塩 & 黒胡椒 & オリーブオイル

1380

404.8 kcal.
(鶏肉、小麦、大豆、乳成分)



⑦ ‘RICH’ ROAST BEEF [リッチ] ローストビーフ

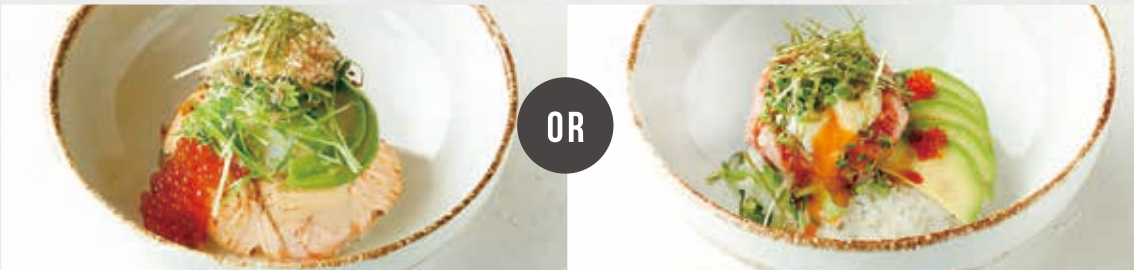
レタス、ほうれん草、雑穀米、キヌア、ローストビーフ、ボイルドエッグ、紫玉葱、アマニ、パプリカ
●ノンオイル和風玉ねぎドレッシング

1480

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

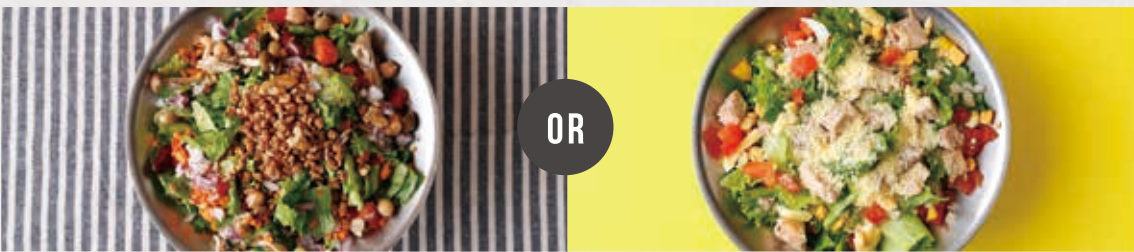


OR

・炙りサーモンといくら、温玉アボカド丼
(大豆、小麦、卵、いくら)

+

・ネギトロ温玉アボカド丼
(大豆、小麦、卵、魚卵)



OR

・[アンチエイジング] ナッツ

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

1580

・[ロカボ] チキン

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

1580

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

‘LOW CARBO’ CHICKEN
・[ロカボ] チキン

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

[REGULAR] GREEN SALAD + 5 TOPPINGS. 1280

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	MUSHROOMS きのこ
CARROT 人参	SPINACH ほうれん草	BELL PEPPER パプリカ	PUMPKIN かぼちゃ	CELERY セロリ
GRAPEFRUIT グレープフルーツ	SOY MEAT 大豆ミート	BOILED EGG ボイルドエッグ	BEANS ミックスビーンズ	FLAX SEED アマニ
ALMOND アーモンド	SUNFLOWER SEED サンフラワーシード	PUMPKIN SEED パンブキンシード	GOJI BERRY クコの実	PARMESAN CHEESE バルメザンチーズ
WALNUT くるみ	QUINOA キヌア	SWEET POTATO さつまいも	APPLE りんご	

② CHOOSE DRESSING. お好きなドレッシングを1種どうぞ

COBB コブ	CAESAR シーザー	SPICY MAYO スパイシーマヨ
CORIANDER パクチー	NON-OIL ONION ノンオイル和風玉ねぎ	SESAME MISO ごま味噌
ROAST WALNUT & SESAME 焙煎くるみ & ごま	OLIVE OIL & SALT & PEPPER オリーブオイル & ソルト & ペッパー	

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	ROAST BEEF ローストビーフ
	LARGE SIZE グリーンベース増量	AVOCADO アボカド	
		CORIANDER パクチー	

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。

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

本日の
チキン料理

1280

OR

BEEF

本日の
ビーフ料理

1480

※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。

DRINKS お飲みもの

● お飲みもの単品でのお席ご利用は 15:00 ~ 18:00 とさせていただきます。

コーヒー（ホット/アイス） 300

カフェラテ（アイス） 350

ソイラテ（アイス） 350

紅茶（ホット/アイス） 300

ジャスミンティー（ホット/アイス） 300

クランベリージュース 300

コカ・コーラゼロ 450

ビール（ハートランド） 550

ワイン（白） 500

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。