



NOW SERVING  
Vege broth / ベジブロス

スープが新しくなりました!

イ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: VEGE BROTH. サラダはテイクアウト可能です。 SALADS AVAILABLE TO GO.

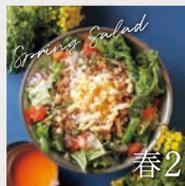
## CHOPPED SALAD チョップドサラダ



### 'REFRESHING CHANGE' リフレッシュ

レタス、ほうれん草、ブロッコリー、じゃがいも、ピンクグレープフルーツ、アスパラガス、生ハム、ペビーリーフ、アーモンド、フルーツグラノラ  
●ハルサミココリムドレッシング

1580 345 kcal.  
(卵、乳成分、大豆、豚肉、アーモンド)



### 'PLANT-BASED SPRING SALAD' 芽吹

菜の花、レタス、ほうれん草、トマト、紫玉ねぎ、大豆ミート、クラッシュエッグ、ブロッコリースプラウト、ハルメザンチーズ  
●フレンチドレッシング 赤

1580 394 kcal.  
(卵、大豆、乳成分)



### 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] スパイス

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  
●スパイスマヨドレッシング

1280 368 kcal.  
(小麦、卵、大豆、豚肉、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、ハルメザンチーズ  
●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、パンクキンシード、クオの実 (ゴジベリー)  
●パクチードレッシング

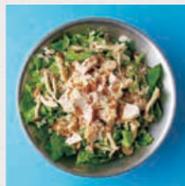
1280 145 kcal.  
(卵、大豆)



### 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、ハルメザンチーズ、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)



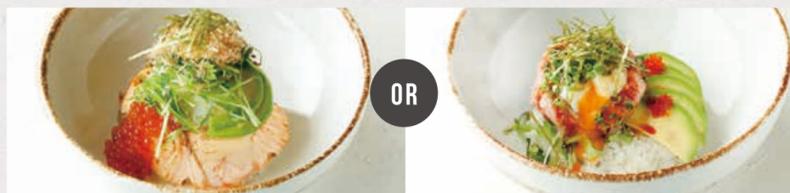
### ⑦ 'RICH' ROAST BEEF [リッチ] ローストビーフ

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)

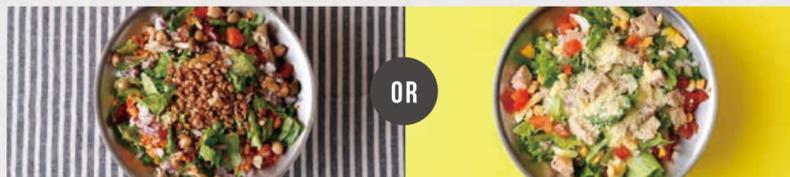
## HALF AND HALF ハーフ&ハーフ

ハーフサイズの丼とハーフサイズのチョップドサラダ



・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)



・[アンチエイジング]ナッツ

・[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

1580

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 パンクキンシード	GOJI BERRY クコの実	PARMESAN CHEESE ハルメザンチーズ
WALNUT くるみ	QUINOA キヌア			

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 スパイスマヨ
CORIANDER パクチー	NON-OIL ONION ノンオイル和風玉ねぎ	BALSAMIC CREAM バルサミココリム
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 MIXED GRAIN RICE 雑穀米	+200 CHICKEN チキン	+300 AVOCADO アボカド	+300 ROAST BEEF ローストビーフ
お好みで追加トッピングも、	LARGE SIZE グリーンベース増量	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

国産米使用

CHICKEN OR BEEF

メインディッシュを  
どちらかお選び下さい。  
CHOOSE YOUR MAIN DISH.

本日の  
チキン料理  
1280

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
ココ・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。