

CHOPPED SALAD チョップドサラダ



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、赤パプリカ、黄パプリカ、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
● 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、赤パプリカ、黄パプリカ、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.

(小麦、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.

(卵、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、赤パプリカ、黄パプリカ、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.

(小麦、乳、大豆、鶏肉)

CHOPPED GRAIN SALAD チョップドグレインサラダ



6 'POWER' BACON [パワー] ベーコン

レタス、ほうれん草、雑穀米、キヌア、吊るしベーコン、りんご、ローストコーン、人参、パルメザンチーズ、アーモンド
● 人参ドレッシング

1080

554 kcal.

(乳、大豆、りんご、オレンジ、豚肉)



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、紫玉ねぎ、赤パプリカ、黄パプリカ、アマニ
● 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)

8 FULL CUSTOM - YOUR ORIGINAL

フルカスタムサラダ
別紙メニューをご覧ください

880~

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お場合はお味噌汁付き)



CHOOSE YOUR MAIN DISH.

メインディッシュをお選び下さい。

... 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。

CHICKEN

本日のチキン料理

850

PORK

本日のポーク料理

980

BEEF

本日のビーフ料理

1280

MEAT COMBO

本日のお肉料理3種

1180

FISH

本日のお魚料理

1080

DRINKS お飲みもの

自家製デトックスウォーター各種	100	オレンジジュース・グレープフルーツジュース	200
コーヒー (ホット/アイス)	200	クランベリージュース	200
カフェラテ (ホット/アイス)	250	アイスバレンシア (紅茶 + オレンジ)	250
ソイラテ (アイス)	250	アイスカリフォルニア (紅茶 + グレープフルーツ)	250
紅茶 (ホット/アイス)	200	ビール (ハートランド)	450
ジャスミンティー (ホット/アイス)	200	アサイービール (ビール + アサイーヴィネガー)	550
		ワイン (赤/白)	400



D.I.Y.

SALAD & DELICATESSEN