

PLATTER

一汁三菜のカフェ飯バランス定食 *menu*

選べるメイン
下記よりお選びください。



Main

迷っちゃろ!

旬の野菜デリ2種



Deli Deli

お野菜モリモリ。

スープ



Soup

ジャガイモと白味噌の和ポタージュ

お肉の定食 NIKU

あがりOK!

十六雑穀
ごはん付
+rice

若鶏の唐揚げ
おろしポン酢

Fried chicken / Ponzu

980YEN

お魚の定食 SAKANA

あがりOK!

十六雑穀
ごはん付
+rice

2WEEK お魚のプレート

※2週間ごとに替わる季節のメイン。

Seasonal fish main

980YEN

白味噌香るサーモンのソテー

アボカドチップとクルミ添え

Sautéed salmon / Shiro miso / Avocado / Walnuts

1380YEN

野菜たっぷりの和風チキン南蛮

梅タルタルソース

Fried chicken / Vegetables / Vinegar / Ume tartar

1180YEN

ふっくらハンバーグ

トマトカレーソース

Hamburg steak / Tomato curry sauce

1380YEN

パスタ&グラタンプレート PASTA & GRATIN

あがりOK!

自家製
フォカッチャ付
+focaccia

2WEEK パスタ

※2週間ごとに替わる季節のパスタ。

Seasonal pasta

1180YEN

エビとアボカド、春野菜の

クリームペネグラタン

Penne / Cream sauce / Shrimp / Avocado / vegetable

1280YEN

丼もの定食 DON & OMU

ごはん
大盛り無料
Largest size
OK

ローストポークオーバーライス

Roasted pork / Rice / Salad / Onion / BBQ sauce

1280YEN

カルボナーラライス

Carbonara sauce / Rice / Bacon / Egg

1180YEN

DRINK SET

コーヒー (I/H) アップルジュース
カフェオーレ (I/H) オレンジジュース
紅茶 (I/H) グレープフルーツジュース
ウーロン茶 +200YEN

ビール or ワイン (赤/白) +480YEN

FANCY
 ちょっと飲んでく?
A BEER?

TAPAS

まずはちょっとつまみたいよね。さくっと楽しめるタパスメニューがずらり。



- fried gnocchi
揚げニョッキ チーズディップ 450 YEN
- nachos chips
ナチョスチップス チリコンカンソース 480 YEN
- pumpkin & cheese salad
かぼちゃとゴルゴンゾーラチーズのサラダ はちみつかけ 580 YEN
- summer roll with shrimp & avocado
海老とアボカドのベジタブル生春巻き 680 YEN
- spanish-style garlic shrimp & mushrooms
海老とマッシュルームのレモンアヒージョ 760 YEN
- baked camembert
カマンベールのオープン焼き 780 YEN
- assorted tapas
気まぐれタパス盛り合わせ 980 YEN



SKILLET



- chewy teppan gyoza
もちもち鉄板餃子 480 YEN
- pork & kimchi & cheese
豚キムチーズ 480 YEN
- squid & chinese spinach
イカと空芯菜のバジル炒め 500 YEN

パクチー
どさ盛り
+100YEN

SALAD

サラダもやっぱりほしくなる。

- caesar salad with cheese & prosciutto
グラナチーズと生ハムのシーザーサラダ 760 YEN
- cereal salad with kale & beets
ケールとビーツのシリアルサラダ 850 YEN
- quinoa & fruit salad
ブッダボウル ~ キヌアとフルーツのサラダ ~ 1000 YEN



What's? "ブッダボウル"って何? BUDDHA BOWL

海外で話題沸騰中のベジタリアンフードなんだって。
野菜や穀物類、フルーツを彩りよく盛りつけた
美容と健康が気になる女子は必食メニュー!

Recommended



PIZZA

みんなでシェアしよう!



- margherita
マルゲリータ 1180 YEN
- today's pizza
シェフの気まぐれピッツァ 1200 YEN
- quinoa & fruit salad
**クワトロフォルマッジ
はちみつがけ** 1460 YEN

FRIT

揚げものは外せないでしょ!

- awaji onion frit
淡路産玉ねぎのフリット 480 YEN
- fried potato
フライドポテト 2種のディップ (ケチャップ&チーズディップ) 550 YEN
- fried chicken -plane-
フライドチキン (プレーン) 600 YEN
- fried chicken -spicy-
フライドチキン (スパイシー) 660 YEN
- frit combo
フリットコンボ (玉ねぎ&ポテト&チキン) 1080 YEN

※写真はイメージです ※価格はすべて税抜き表記です。