

 *こちらのマークのある商品はプラントベース（植物性由来原料のみ使用）です
Even vegans can eat the ones with this mark.


meal plate +¥300 (税込 ¥330) セットスープをつけられます *内容・アレルギーはスタッフまでお尋ねください
You can add set soup for +300 yen.

 “plant more” Meal Plate  ¥1,800
(税込 ¥1,980)
Falafel,carottes rapees,hummus,couscous,
fried potatoes with za'atar,salad,pita


中東のソウルフード“ファラフェル”はひよこ豆にスパイスやハーブを混ぜて揚げた豆コロッケ。
当店では緑豆を入れたオリジナルファラフェルを自家製タヒニソースとともに。
ラベやフムス、ラタトゥイユなどバランスよく食べられる身体に嬉しいプラントベースのミールプレート。

シャクシュカ Meal Plate   ¥1,800
Shakshuka Meal Plate (税込 ¥1,980)

シャクシュカとはスパイスとトマトでじっくり煮込んだ野菜に卵をのせたイスラエル料理。
当店ではアボカドをプラスして、クスクスタブレやラベとともに。

 ラザニア Meal Plate  ¥1,900
Plant based Lasagna Meal Plate (税込 ¥2,090)

プラントベースの特製ボロネーズソースとホワイトソースを重ね、ほうれん草・トマトと
共に焼き上げたラザニア。クスクスタブレやラベと共に、食べ応えのあるミールプレート。

チキンケバブ Meal Plate  ¥1,900
Chicken kebab plate (税込 ¥2,090)

数種類のスパイスと豆乳ヨーグルトに漬け込み焼いたチキンと、ラベやフムス、
ラタトゥイユなどバランスよく食べられる身体に嬉しいミールプレート。

サーモン Meal Plate  ¥2,000
Salmon Meal Plate (税込 ¥2,200)

じっくりと火入れしたサーモンのコンフィをオリジナルマスタードソースで。
ラベやフムス、ラタトゥイユなどバランスよく食べられる身体に嬉しいミールプレート。

salad & soup plate

 アボカドグリーンサラダ&季節スープ Plate ¥1,400
Avocado Green Salad & Seasonal Soup Plate (税込 ¥1,540)

アボカド、キウイにキヌアも入った自家製ジンジャービネグレットドレッシングの
グリーンサラダと季節スープのプラントベースプレート。

 焼きブロッコリーとケール・フムスパワーサラダ & 季節スープ Plate ¥1,400
Broccoli, Kale, Hummus Salad & Seasonal Soup Plate (税込 ¥1,540)

スパイスと共に焼いたブロッコリーの入ったケールサラダをフムスと合わせて。
季節スープもついたプラントベースプレート。

アレルギー表示について:特定原材料8品目をマークで表示しています。ただし、本来その商品に使用しない食材が調理の段階で
付着・混入する可能性があり、絶対的なものではありません。最終的には担当医と
ご相談の上、お客様自身がお判断ください。





toast & sandwich

 ファラフェル plantサンド  ¥1,300
Falafel Sandwich (税込 ¥1,430)

ひよこ豆と緑豆のオリジナルファラフェルをたっぷりの野菜とともに挟んだプラントベースのピタサンド。

チキンケバブ moreサンド  ¥1,300
Chicken kebab Sandwich (税込 ¥1,430)


数種類のスパイスと豆乳ヨーグルトに漬け込み焼いたチキンをたっぷりの野菜とともに挟んだピタサンド。

 アボカドトースト クルミとレーズンのライ麦ブレッド   ¥1,400
Avocado Toast (税込 ¥1,540)

ライ麦の香り豊かなパンにフムスとアボカドを贅沢にのせ、仕上げに自家製ザタルでアクセントを。
お好みでメープルシロップをかけて。

+¥300 (税込 ¥330) セットスープをつけられます You can add set soup for +300 yen.
*内容・アレルギーはスタッフまでお尋ねください

others

 アボカド&スーパーグリーンサラダ ¥1,000
Avocado & green salad (税込 ¥1,100)

アボカド、キウイにキヌアも入ったグリーンサラダ。自家製ジンジャーチリビネグレットドレッシングで。

 焼きブロッコリーとケール・フムスパワーサラダ ¥1,000
Broccoli, Kale, Hummus Salad (税込 ¥1,100)

スパイスと共に焼いたブロッコリーとケールのサラダをフムスと合わせて。



 自家製ザタルのポテトフライ ¥800
Fried Potato with spice “zatar” (税込 ¥880)

数種のスパイスをブレンドした自家製ザタルがクセになるポテトフライ。


季節のスープ *内容・アレルギーはスタッフまでお尋ねください ¥600
Seasonal soup (税込 ¥660)

 ひよこ豆のフムス ¥600
Hummus (税込 ¥660)

滑らかなフムスにはデュカスパイスをアクセントに。お酒のお供にも。

 ピタ  1p ¥380
Pita (税込 ¥418)

 *こちらのマークのある商品はプラントベース(植物性由来原料のみ使用)です
Even vegans can eat the ones with this mark.

 **softserve sundae** *当店のソフトクリームはアーモンドミルクを使用しています
All softserves uses almond milk.

季節の果実サンデー ¥1,300
Seasonal fruits sundae (税込 ¥1,430)

*内容・アレルギーはスタッフまでお尋ねください

チェリー&チョコレートバナナのサンデー ¥1,200
Cherry chocolate sundae (税込 ¥1,320)

キルシュ香るチェリーがアーモンドミルクソフトの優しい甘さを引き立てるサンデー

 **softserve & topping** アーモンドミルクソフトクリームをお好みのトッピングで

ゲランドの塩&キャラメルナッツ ¥800
Salt & Caramel Nuts (税込 ¥880)

いちじくジャム&ザクロ ¥800
Fig Jam & Pomegranate (税込 ¥880)

レモンマムレード&カカオニブ ¥800
Lemon Marmalade & Cacao nibs (税込 ¥880)

プレーン ¥700
Plain softserve ice cream (税込 ¥770)

アレルギー表示について:特定原材料8品目をマークで表示しています。ただし、本来その商品に使用しない食材が調理の段階で
付着・混入する可能性があり、絶対的なものではありません。最終的には担当医と
ご相談の上、お客様自身をご判断ください。




 **vegan cake** *当店のケーキは全てプラントベース(植物性由来原料のみ使用)です
All cakes are vegan.

季節のケーキ *内容・アレルギーはスタッフまでお尋ねください ¥1,200
Seasonal cake (税込 ¥1,320)

チョコレートケーキ ¥980
Chocolate cake (税込 ¥1,078)

フランボワーズソースがアクセントの濃厚チョコレートケーキ。


チーズケーキ  ¥980
Cheese cake (税込 ¥1,078)

甘さと酸味のバランスが絶妙な滑らかチーズケーキ。

ティラミス ¥900
Tiramis (税込 ¥990)

豆乳ティラミスクリームを使用したしっとりティラミス。

マフィン 下記3種からお選びください 各 ¥900
(税込 ¥990)

・レモン&ポピーシード Muffin-Lemon & Poppy Seed 

・ラズベリー&ピーナッツバター Muffin-Raspberry & Peanut Butter 

・クランブルバナナ Muffin-Banana 

to go テイクアウトスイーツもご用意しております。詳しくは店頭ショーケースをご覧ください
we also offer takeout options.
You can choose from the showcase at the entrance.

original drink こだわりのシロップを使用した優しい甘みのモクテルです

ソルトレモンソーダ **¥750**
Salt lemon soda (税込 ¥825)

塩レモン、アガベシロップ、ラムシロップ、レモン、タイム、ソーダ

エルダーフラワーバージンモヒート **¥750**
Elderflower vergin mojito (税込 ¥825)

エルダーフラワーシロップ、グリーンキウイ、ミント、ソーダ

ザクロアールグレイティー **¥750**
Pomegranate Earl Grey Tea (税込 ¥825)

ザクロジュース、アールグレイティー、アガベシロップ、ざくろ、オレンジ

ザクロジュース **¥650**
Pomegranate juice (税込 ¥715)


オレンジジュース **¥600**
Orange juice (税込 ¥660)

coffee & tea

コーヒー(iced / hot) **¥500**
Coffee (税込 ¥550)

カフェラテ(iced / hot)  **¥600**
Cafe latte (税込 ¥660)

ルイボスティー(iced) **¥500**
Rooibos tea (税込 ¥550)

オーツミルクラテ  **¥650**
(iced / hot) (税込 ¥715)
Oats milk latte

アールグレイ(iced) **¥500**
Earl grey tea (税込 ¥550)

ダージリン(pot) **¥600**
Darjeeling tea (税込 ¥660)

アールグレイ(pot) **¥600**
Earl grey tea (税込 ¥660)

モロッカンミントティー **¥650**
(pot) (税込 ¥715)
Moroccan mint tea

緑茶、スペアミント

ローズ&アップル(pot) **¥650**
Rose apple tea (税込 ¥715)

アップルフルーツ、ローズレッド、ローズヒップ、ローズピンク、ハイビスカス、エリカ

カモミールブレンド(pot) **¥650**
Camomile tea (税込 ¥715)

ジャーマンカモミール、レモングラス、スペアミント

alcohol

ソルトレモンサワー **¥850**
Salt lemon sour (税込 ¥935)

ホワイトラム、塩レモン、アガベシロップ、レモン、タイム、ソーダ

エルダーフラワースプリッツアー **¥850**
Elderflower spritzer (税込 ¥935)

白ワイン、エルダーフラワーシロップ、グリーンキウイ、ミント、ソーダ

ザクロワインティー **¥850**
Pomegranate wine tea (税込 ¥935)

赤ワイン、ザクロジュース、アールグレイティー、アガベシロップ、ざくろ、オレンジ

グラスワイン(red/white) **¥700**
Glass wine (red/white) (税込 ¥770)

アレルギー表示について:特定原材料8品目をマークで表示しています。ただし、本来その商品に使用しない食材が調理の段階で付着・混入する可能性があり、絶対的なものではありません。最終的には担当医とご相談の上、お客様自身でご判断ください。





*こちらのマークのある商品はプラントベース(植物性由来原料のみ使用)です
Even vegans can eat the ones with this mark.

11:00-15:00
weekday lunch 1 drink 1 food set

meal plate




“plant more” Meal Plate  ¥1,800
(税込 ¥1,980)
Falafel,carottes rapees,hummus,couscous,
fried potatoes with za'atar,salad,pita

中東のソウルフード“ファラフェル”はひよこ豆にスパイスやハーブを混ぜて揚げた豆コロッケ。
当店では緑豆を入れたオリジナルファラフェルを自家製タヒニソースとともに。
ラベやフムス、ラタトゥイユなどバランスよく食べられる身体に嬉しいプラントベースのミールプレート。


シャクシュカ Meal Plate   ¥1,800
(税込 ¥1,980)
Shakshuka Meal Plate

シャクシュカとはスパイスとトマトでじっくり煮込んだ野菜に卵をのせたイスラエル料理。
当店ではアボカドをプラスして、クスクスタブレやラベとともに。




ラザニア Meal Plate  ¥1,900
(税込 ¥2,090)
Plant based Lasagna Meal Plate

プラントベースの特製ボロネーズソースとホワイトソースを重ね、ほうれん草・トマトと
共に焼き上げたラザニア。クスクスタブレやラベと共に、食べ応えのあるミールプレート。

チキンケバブ Meal Plate  ¥1,900
(税込 ¥2,090)
Chicken kebab plate

数種類のスパイスと豆乳ヨーグルトに漬け込み焼いたチキンと、ラベやフムス、
ラタトゥイユなどバランスよく食べられる身体に嬉しいミールプレート。

サーモン Meal Plate  ¥2,000
(税込 ¥2,200)
Salmon Meal Plate

じっくりと火入れしたサーモンのコンフィをオリジナルマスタードソースで。
ラベやフムス、ラタトゥイユなどバランスよく食べられる身体に嬉しいミールプレート。

salad & soup plate



アボカドグリーンサラダ&季節スープ Plate ¥1,400
(税込 ¥1,540)
Avocado Green Salad & Seasonal Soup Plate

アボカド、キウイにキヌアも入った自家製ジンジャービネグレットドレッシングの
グリーンサラダと季節スープのプラントベースプレート。



焼きブロッコリーとケール・フムスパワーサラダ & 季節スープ Plate ¥1,400
(税込 ¥1,540)
Broccoli, Kale, Hummus Salad & Seasonal Soup Plate

スパイスと共に焼いたブロッコリーの入ったケールサラダをフムスと合わせて。
季節スープもついたプラントベースプレート。

toast & sandwich





ファラフェル plantサンド  ¥1,300
(税込 ¥1,430)
Falafel Sandwich

ひよこ豆と緑豆のオリジナルファラフェルをたっぷりの野菜とともに挟んだプラントベースのピタサンド。

チキンケバブ moreサンド  ¥1,300
(税込 ¥1,430)
Chicken kebab Sandwich

数種類のスパイスと豆乳ヨーグルトに漬け込み焼いたチキンをたっぷりの野菜とともに挟んだピタサンド。



アボカドトースト クルミとレーズンのライ麦ブレッド   ¥1,400
(税込 ¥1,540)
Avocado Toast

ライ麦の香り豊かなパンにフムスとアボカドを贅沢にのせ、仕上げに自家製ザタルでアクセントを。
お好みでメープルシロップをかけて。

set drink

下記からお選びください。
Please choose one drink.

コーヒー
(hot/iced)
Coffee(hot/iced)

紅茶
(hot/iced)
Tea(hot/iced)

ルイボスティー
(hot/iced)
Rooibos tea(hot/iced)

+¥300 soup
(税込 ¥330) セットスープ

*内容・アレルギーは
スタッフまでお尋ねください

You can add set soup for
+300 yen.Please ask the
staff about kinds of soup
and allergies.

アレルギー表示について:特定原材料8品目をマークで表示しています。ただし、本来その商品に使用しない食材が調理の段階で
付着・混入する可能性があり、絶対的なものではありません。最終的には担当医とご相談の上、お客様自身でご判断ください。

