


🌱 ——— *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。

🌱 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。

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北アフリカに起源を持つ料理。
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。

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。

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。

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。



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、ラズベリー、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:食品衛生法で表示が義務づけられている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。



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、ラズベリー、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)

ルイボ스티ー(iced) **¥500**
Rooibos tea (税込 ¥550)

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

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

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

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

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

ダージリン(pot) **¥600**
Darjeeling 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、スベアミント

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、スベアミント

toast & sandwich

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ールでアクセントを。
お好みでメープルシロップをかけて。

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。

+ ¥300 セットスープをつけられます You can add set soup for +300 yen.
(税込 ¥330) *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。

自家製ザタールのポテトフライ **¥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ー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&カラメルナッツ ￥800

Salt & Caramel Nuts (税込 ￥880)

いちじくジャム&ザクロ ￥800

Fig Jam & Pomegranate (税込 ￥880)

レモンママレード&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:食品衛生法で表示が義務づけられている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、お客様自身がご判断ください。



小麦粉 卵 乳 えび かに そば 落花生 くるみ



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)

アールグレイティーケーキ ￥980

Earl grey tea cake (税込 ￥1,078)

アールグレイの香りが豊かなケーキに、フルーツとカラメルソースを添えて。

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

自家製プリン ￥700

Original Pudding (税込 ￥770)

オーツミルクと豆乳カスタードをベースにオリジナルレシピで仕上げた濃厚プリン。

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.



*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

Falafel,carottes rapees,hummus,couscous,
fried potatoes with za'atar,salad,pita

¥1,800
(税込 ¥1,980)

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。



ラザニア Meal Plate

Plant based Lasagna Meal Plate

¥1,900
(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。

シャクシュカ Meal Plate

Shakshuka Meal Plate

¥1,800
(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北アフリカに起源を持つ料理。
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。

チキンケバブ Meal Plate

Chicken kebab plate

¥1,900
(税込 ¥2,090)

数種類のスパイスと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。

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
(税込 ¥330)

soup

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。



11:00-15:00


weekday lunch 1 drink 1 food set

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

 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。

 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。

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
(税込 ¥330)

soup

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。



Plant based Meal Set ¥2,080~ (税込 ¥2,288~)

plantbased meal + sweets + drink set
プラントベースのお食事+スイーツ+ドリンクのセットです

choice: 1 meal plate

-  "plant more" Meal Plate  ¥2,380
 Falafel,carottes rapees,hummus,couscous,
 fried potatoes with za'atar,salad,pita (税込 ¥2,618)
-  ラザニア Meal Plate  ¥2,480
 Plant based Lasagna Meal Plate (税込 ¥2,728)
-  アボカドグリーンサラダ&季節スープ Plate ¥2,080
 Avocado Green Salad & Seasonal Soup Plate (税込 ¥2,288)
-  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 ¥2,080
 Broccoli, Kale, Hummus Salad & Seasonal Soup Plate (税込 ¥2,288)
-  アボカドトースト クルミとレーズンのライ麦ブレッド   ¥2,080
 Avocado Toast (税込 ¥2,288)
-  ファラフェル plantサンド  ¥2,080
 Falafel Sandwich (税込 ¥2,288)

+¥300
(税込 ¥330)

soup 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.

choice: 2 dessert デザートを下記からお選びください。 Please choose one dessert.

-  アーモンドミルクソフトクリーム〈ゲランドの塩&キャラメルナッツ〉
 Almond milk Softserve icecream <Salt & Caramel Nuts>
-  アーモンドミルクソフトクリーム〈レモンマムレード&カカオニブ〉
 Almond milk Softserve icecream <Lemon Marmalade & Cacao nibs>
-  アーモンドミルクソフトクリーム (プレーン)
 Plain almond milk Softserve icecream
-  ティラミス (ハーフサイズ)
 Tiramis

choice: 3 set drink ドリンクを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)

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。

