

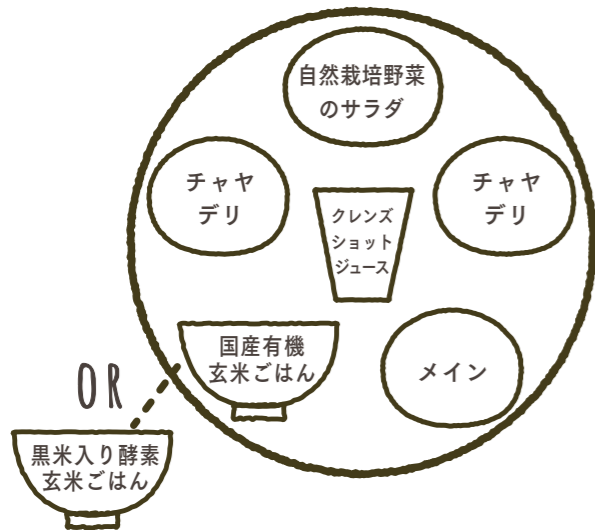
# PLATE プレート



## 日替わりメイン & デリプレート Today's Main & Deli Plate

Vegan OR Fish \*  ¥ 1,480  
with Mini Dessert \* ¥ 1,680

\*お魚メインを「マグロのグリル」に変更できます (+¥200)  
Change to "Grilled Tuna" as Fish main (+¥200)



契約農家から届くこだわりの野菜を使用し、マクロビオティックをベースに肉、卵、乳製品、白砂糖を使わずにつくったメイン・デリ2品・自然栽培野菜のサラダを盛り合わせたヘルシー&ビューティーなプレートをお召し上がりいただけます。

Main of the Day, 2 kinds of Delis, Wild Vegetable Salad,  
Organic Brown Rice or Enzyme Brown Rice, Cleanse shot Juice

## + LUNCH DRINK プレートメニューにセットドリンクがつきます

- オーガニックコーヒー (Hot / Iced)
- オーガニック紅茶 (Hot / Iced)
- オーガニック三年番茶 (Hot / Iced)
- ライスドリンク (Hot / Iced)
- CHAYAサラシアティー (Hot / Iced)

Organic Coffee (Hot / Iced), Organic Tea (Hot / Iced), Organic Roasted Green Tea (Hot / Iced)  
Rice Drink (Hot / Iced), CHAYA Salacia Tea (Hot / Iced),

\*メニューの原材料はスタッフへお尋ねください。 ※ 当店メニューを製造するキッチンには、小麦等のアレルギーを含むメニューを製造しています。

# PLATE プレート 有機玄米ごはんを黒米入り酵素玄米ごはんに変更できます(+¥50)



玄米巻き寿司プレート ¥ 1,360

自然栽培サラダ、デリ、ヴィーガンスープ付き

Organic Brown Rice Sushi Roll with Salad, Deli & Soup

農園野菜とスーパーフードの15品目サラダ&デリプレート ¥ 1,460

自然栽培野菜のすりおろしドレッシング デリ、ヴィーガンスープ、国産有機玄米ごはんつき  
Farmer's Vegetables & Super Food Salad with Deli Plate


ケールとアボカドのヴィーガンタコライス  ¥ 1,290

Kale & Avocado Vegan Taco Rice Bowl

ヴィーガンソーセージとたっぷりきのこカレー ¥ 1,460



酒粕チーズ添え〜 スープ付き

Vegan sausage and Mushroom curry with Soup

シーフード玄米パエリア  ¥ 1,360


鎌倉野菜サラダ、ヴィーガンスープ付き

Seafood & Organic Brown Rice Paella with Kamakura Vegetable Salad & Soup

サーモンときのこの甘酒風味トマトソースパスタ   ¥ 1,370

〜酒粕チーズ添え〜

Salmon & Mushroom Pasta with Amazake tomato sauce

マグロのグリルと青茄子の蒲焼き玄米ボウル  ¥ 1,460

〜山椒の香り〜

Grilled Tuna & Eggplant Organic Brown Rice Bowl Salad with Japanese green pepper

ビーツスープのフォー ¥ 1,460

Beet Soup Rice Noodle

Every menu comes with one choice of Drink below.

11:00~14:00

ADD ¥125

- 穀物コーヒー (Hot / Iced)
- 梅干し醤油番茶 (Hot)
- ハーブティー (Hot)

Grain Coffee (Hot / Iced), Umesho Bancha (Hot), Herbal Tea (Hot)

# SIDE サイド

フライドポテト(ローズマリー風味 又は スパイシー) ¥ 500  
Fried Potato (Rosemary or Spicy)

大豆ミートからあげ ¥ 500  
Deep Fried Soy-Meat

野菜と雑穀のコロッケ(1個) ¥300  
Multi-grain Croquette with Homemade Cutlet sauce

白いんげん豆と自然栽培甘酒のポタージュ  Full ¥ 550  
White kidney bean & Wild Craft Amazake Potage Half ¥ 360

本日のヴィーガンスープ Full ¥ 500  
Vegan Soup Half ¥ 310

北海道産有機玄米ごはん「ゆきひかり」 ¥310  
Organic Brown Rice

酵素玄米ごはん ¥360  
Enzyme Brown Rice

豆乳パン ¥310  
Soymilk Bread

# SALAD & MAIN サラダとメイン



農園野菜とスーパーフードの15品目サラダ Half ¥ 500 Full ¥ 880  
Farmer's Vegetable & Super Food Salad

農園野菜とスーパーフード、海鮮の20品目サラダ  Half ¥ 750 Full ¥ 1,080  
Farmer's Vegetable, Super Food & Seafood Salad

アボカドと豆腐のグレインサラダ Half ¥ 550 Full ¥ 920  
Avocado & Tofu Grain Salad

自家製ツナと鎌倉野菜のサラダ   Half ¥ 550 Full ¥ 920  
Homemade tuna and Kamakura vegetable salad

# DRESSINGS Please Choose one from below.

選べるドレッシング 下記の中から好きなドレッシングをお選びください。

- 自然栽培野菜のすりおろしドレッシング  
Wild Vegetables Dressing
- ナッツたっぷりクリーミードレッシング  
Creamy Nut Dressing
- シーザードレッシング  Caesar Dressing

たっぷり魚介のブイヤベース  ¥ 1,900  
Seafood Bouillabaisse

表示価格は税抜です



# HEALTHY & BEAUTY COURSE

ヘルシー&ビューティーコース

肥料や農薬に頼らず自然環境を活かし、作物本来の力を引き出した『自然栽培』野菜も使ったおすすめコース。



¥ 3,000

ひよこ豆のフムスと、クレンジョットジュース  
Chickpea Hummus & Cleanse Shot Juice

前菜3種盛り合わせ  
Assorted of Antipasto

青茄子のタップナードソース焼き〜酒粕チーズ添え〜  
Grilled Eggplant with Tapnade, with Sakekasu cheese

白いんげん豆と自然栽培甘酒のポタージュ **Gluten Free**  
White kidney bean & Wild Craft Amazake Potage

ベジミートローフ トマトソース 自然栽培野菜のロースト添え  
又は  
マグロのグリル 塩麹ジェノベーゼソース 自然栽培野菜のロースト添え **Seafood**  
VeggieMeat Loaf with Tomato sauce  
Grilled Tuna with Salted rice malt Genovese sauce

有機玄米ごはん または 黒米入り酵素玄米ごはん  
Organic Brown Rice OR Enzyme Brown Rice

マクロビデザート  
Macrobiotic Dessert

ドリンク セットドリンクよりお選びください  
Drink : Please Choose one from Set Drink Menu

※ 原材料に特定・推奨アレルギー品目が含まれる場合 [ ] 内に記載しています。その他の原材料はスタッフへお尋ねください。  
※ 入荷状況により内容が変更する場合がございます。 ※ 当店メニューを製造するキッチン、小麦等のアレルギーを含むメニューを製造しています。

表示価格は税抜です



カフェ プランA CAFE PLAN:A ¥ 2,700

乾杯ドリンク & 前菜3種盛り合わせ  
Toast Drink & Assorted of Antipasto

選べるメイン  
Choice of Main

- ・サーモンときのこの甘酒風味トマトソースパスタ〜酒粕チーズ添え〜 **Seafood** **Gluten Free**
- ・ケールとアボカドのヴィーガンタコライス **Gluten Free**
- ・ヴィーガンソーセージとたっぷりきのこカレー〜酒粕チーズ添え〜スープ付き
- ・マグロのグリルと青茄子の蒲焼き玄米ボウル〜山椒の香り〜 **Seafood**

お好きなケーキ カフェ(おかわり自由)  
Choice of Macrobiotic Cake & Cafe



カフェ プランB CAFE PLAN:B **Gluten Free**  
グルテンフリーメイン & デザート盛り合わせプラン ¥ 2,900

乾杯ドリンク  
Toast Drink

鎌倉野菜のサラダ  
Kamakura Vegetables Salad

選べるメイン  
Choice of Main

- ・サーモンときのこの甘酒風味トマトソースパスタ〜酒粕チーズ添え〜 **Seafood**
- ・ケールとアボカドのヴィーガンタコライス

豪華!デザート3種盛り合わせ & フルーツ  
Assorted of macrobiotic Dessert with Fruits

カフェ(おかわり自由)  
Choice of Cafe

※ 原材料に特定・推奨アレルギー品目が含まれる場合 [ ] 内に記載しています。その他の原材料はスタッフへお尋ねください。  
※ 入荷状況により内容が変更する場合がございます。 ※ 当店メニューを製造するキッチン、小麦等のアレルギーを含むメニューを製造しています。



# LUNCH



## OUR SPECIAL



### 有機玄米「ゆきひかり」市川農場

北海道は旭川市。大雪山の伏流水で育まれた西神楽の水田で有機栽培米を育てる市川農場の市川範之さん。当店で市川さんが丹精込めて育てた、有機JAS認定の玄米を使用しています。

#### 自然栽培野菜

自然栽培とは、農薬や肥料・除草剤に頼らず、土や根、作物を自然の形で活かすことで、作物が本来持っている生命力を引き出して 行う農業のこと。私たちは循環型農業を応援します。

#### 栄養士監修

旬の新鮮な食材を使用し、栄養バランスにも気を配ったメニュー展開をしています。

#### 葉山アトリエ

チャヤマクロビは、葉山の老舗料亭「日影茶屋」からうまれました。葉山の海の目の前にあるチャヤマクロビのアトリエで丁寧につくられた手づくりスイーツをお楽しみください。