表示価格は税込です

［平日限定　お得なランチ］ WEEKDAY LUNCH ¥1,100～ ドリンクつき ［11:00 –14:00］

あなた好みのカスタム、いかが？ CUSTOMIZE ACCORDING TO YOUR PREFERENCE

今日はどのプレート？！
A ～ G の中から おひとつ、お選びください

＋

何をトッピングする？！
- 酵素玄米に変更 ＋ ¥110
- アボカド1/4個 ＋ ¥110
- 塩サバのグリル ＋ ¥330
- フリードリンク ＋ ¥110
  ※テイクアウトもOK
- 本日のヴィーガンスープ ＋ ¥220
- 大盛りサラダ ＋ ¥330
- 本日のデリ ＋ ¥330

＋

大盛りできます！ 大盛
・玄米ご飯 大盛り無料です！

＋

DRINK
バーカウンターより、お好きなドリンク1杯どうぞ

＝

完成！
あなただけのスペシャルランチ、できました

人気NO.1!
A MACROBI PLATE
Choice of Macrobi Main Plate
選べるマクロビメインプレート
・雑穀コロッケ　・お麩のカツレツ　・大豆テンペのカツレツ
お好きなメインお選びください。
☆おすすめカスタム！　本日のデリ＋ヴィーガンスープ
※ 原材料はスタッフへお尋ねください。

玄米ボウル
B BUDDA BOWL
Buddha Bowl of Grilled Tuna Cheek Meat with Balsamic sauce & Soup
マグロホホ肉グリルのブッダボウル
バルサミコソース Seafood ＋ ¥110
マグロ、サラダ、デリ、お野菜のローストが乗ったブッダボウル。
さっぱりとしたバルサミコソースが味の決め手！
☆おすすめカスタム　玄米ご飯大盛り＋ヴィーガンスープ
※ 原材料はスタッフへお尋ねください。

大盛りお野菜
C SALAD & DELI
Beans & Multigrain Salad & Deli Plate
お豆と雑穀の２０品目サラダ＆デリプレート
たっぷりサラダを食べたい方に。手作りドレッシングでお召し上がりください。
☆おすすめカスタム！　塩サバグリル＋ヴィーガンスープ
もっとお野菜の方は、大盛りサラダ！
※ 原材料はスタッフへお尋ねください。

〜ルシ〜
D SUSHI ROLL
Organic Brown Rice Sushi Roll Plate with Salad, Deli & Vegan Soup
有機玄米の巻き寿司プレート
お野菜のローストサラダ、デリ、ヴィーガンスープ付き
アボカド、切干煮、大葉が入った玄米巻き寿司。甘辛いかば焼きソースが味の決め手！
☆おすすめカスタム　大盛りサラダ＋アボカド　※ 原材料はスタッフへお尋ねください。

チードル
E NOODLES
Macdobiotic Chilled Chinese noodles & 7 toppings with Black vinegar Sanbaizu Sauce ～ Bamboo Charcoal Low-carb Noodles ～
マクロビ冷し中華７菜　黒三杯酢ソース～竹炭低糖質麺～
炙りソイミートとお野菜たっぷりの、さっぱり食べられる黒三杯酢ソース。竹炭低糖質麺を使用。
☆おすすめカスタム　本日のデリ＋ヴィーガンスープ［小麦・大豆・りんご・ごま］

スパイシー
F CURRY
Multigrain Croquette & Roasted Vegetable Spicy Curry with Mini Salad
雑穀コロッケとお野菜ローストのスパイシーカレー
ミニサラダつき
食べ応え抜群の雑穀コロッケとカレーの黄金コンビ！
☆おすすめカスタム　玄米ご飯大盛り＋アボカド　※ 原材料はスタッフへお尋ねください。

お魚
G FISH PLATE
Grilled Salted Mackerel Plate
塩サバグリルのプレート Seafood ＋ ¥110
☆おすすめカスタム！　本日のデリ＋ヴィーガンスープ
※ 原材料はスタッフへお尋ねください。

※ 原材料はスタッフへお尋ねください。　※ 写真はイメージです。　※ 当店メニューを製造するキッチンは、小麦等のアレルゲンを含むメニューを製造しています。

※表示価格は税込です

CHAYA
macrobiotics

HEALTHY & BEAUTY

食べてきれいになる、オーガニックな生き方。

8 PHILOSOPHY

1 国産有機玄米を使用します。
2 有機栽培・特別栽培など、こだわりの農産物を使用します。
3 契約農家など生産者様を大切にし、日本の農業を応援します。
4 春夏秋冬の恵みを大切に「旬食材」「産地」「生産者」にこだわった食材を提供します。
5 海産物は産地が明確なものを使用します。
6 マクロビオティックをベースに、肉・卵・乳製品・精製された白砂糖を使用しません。
7 CHAYAマクロビのルーツである湘南・葉山の食材にこだわり、地産地消を実践します。
8 化学調味料、合成着色料、人工甘味料を使用しません。

CONCEPT

チャヤ マクロビオティックスは、江戸時代から伝わる葉山の老舗料亭「日影茶屋」から誕生しました。肉・卵・乳製品・白砂糖・化学調味料を使わずに、国産有機玄米や野菜、豆、海藻を使い、美と健康にこだわった料理を提供しています。

HEALTHY & BEAUTY COURSE
ヘルシー&ビューティーコース

¥ 3,500

ひよこ豆のフムスとクレンズショットジュース
Chickpea Hummus & Cleanse Shot Juice
[小麦・大豆]

前菜2種盛り合わせ
Assorted of Antipasto
※ 原材料はスタッフへお尋ねください。

エビとアボカド、大豆テンペの抹茶タルタルソース
Shrimp, Avocado & Tempeh Matcha Tartar Sauce
[えび・りんご・大豆]

夏野菜と牡蠣のエピス アヒージョ
～カロチーナオイルと三浦野菜を使って～
Summer Vegetables & Oyster Epice in Garlic Sauce
～ Carotino Oil & Miura Vegetables～
※ 原材料はスタッフへお尋ねください。

魚介のブイヤベース
Seafood Bouillabaisse
[えび]

国産有機玄米ご飯 または 黒米入り酵素玄米ご飯
Organic Brown Rice or Enzyme Brown Rice

マクロビデザート
Macrobiotic Dessert

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

CAFE PLAN
カフェプラン

¥ 2,970

乾杯ドリンク
Toast Drink

前菜3種盛り合わせ
Assorted of Antipasto
※ 原材料はスタッフへお尋ねください。

選べるメイン
Choice of Main

ケールとアボカドのヴィーガンタコライス Gluten Free
Vegan Taco Rice of Kale & Avocado

雑穀コロッケとお野菜ローストのスパイシーカレーライス
Multigrain Croquette & Roasted Vegetable Spicy Curry
[小麦・大豆]

マクロビ冷し中華7菜　黒三杯酢ソース　～竹炭低糖質麺～
Macdobiotic Chilled Chinese noodles & 7 toppings
with Black vinegar Sanbaizu Sauce ～ Bamboo Charcoal Low-carb Noodles ～
[小麦・大豆・りんご・ごま]

マグロホホ肉のブッダボウル バルサミコソース Seafood
Buddha Bowl of Grilled Tuna Cheek Meat with Balsamic sauce
[小麦・りんご・大豆・ごま]

お好きなケーキ
Choice of Cake

カフェ（おかわり自由）
Cafe (Free refills)