

[平日限定 お得なランチ]

WEEKDAY LUNCH



[11:00 - 14:00]

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

<p>今日はどのプレート?!</p> <p>A ~ F</p> <p>の中から おひとつ、 お選びください</p> <p>Please choose one from A to F</p>	+	<p>何をトッピングする?! Topping Menu</p> <table border="1"> <tr> <td> サラダと本日のヴィーガンスープ お得なセット+¥300 Salad & Vegan Soup of the Day, Value Set 酵素玄米に変更+¥120 Fermented Brown Rice サラダ+¥200 Salad 本日のヴィーガンスープ+¥180 Vegan Soup of the Day </td> <td> アボカド1/4個+¥195 Avocado 1/4 お麩のカツレツ(1枚)+¥180 Wheat Bran Cutlet(1 Sheet) 雑穀コロッケ(1個)+¥380 Millet Porridge Croquette(1 Piece) </td> <td> 塩サバのグリル+¥320 Grilled Salted Mackerel とろけるヴィーガンプリン+¥300 Thick & Creamy Vegan Pudding カフェフリー+¥220 Cafe Free (Free refills on drinks at the counter) 数量限定ランチスムージー+¥500 Limited Quantity Lunch Smoothie </td> </tr> </table>	サラダと本日のヴィーガンスープ お得なセット+¥300 Salad & Vegan Soup of the Day, Value Set 酵素玄米に変更+¥120 Fermented Brown Rice サラダ+¥200 Salad 本日のヴィーガンスープ+¥180 Vegan Soup of the Day	アボカド1/4個+¥195 Avocado 1/4 お麩のカツレツ(1枚)+¥180 Wheat Bran Cutlet(1 Sheet) 雑穀コロッケ(1個)+¥380 Millet Porridge Croquette(1 Piece)	塩サバのグリル+¥320 Grilled Salted Mackerel とろけるヴィーガンプリン+¥300 Thick & Creamy Vegan Pudding カフェフリー+¥220 Cafe Free (Free refills on drinks at the counter) 数量限定ランチスムージー+¥500 Limited Quantity Lunch Smoothie	+	<p>大盛りできます Extra Serving</p> <p>大盛</p> <p>・玄米ご飯 Brown Rice</p> <p>大盛り無料です! Free Extra Serving</p>	+	<p>DRINK</p> <p>バーカウンターより、 お好きなドリンク 1杯どうぞ</p> <p>Choose 1 drink at the drink bar</p>	=	<p>完成!</p> <p>あなただけの スペシャルランチ、 できました</p> <p>Special lunch just for you</p>
サラダと本日のヴィーガンスープ お得なセット+¥300 Salad & Vegan Soup of the Day, Value Set 酵素玄米に変更+¥120 Fermented Brown Rice サラダ+¥200 Salad 本日のヴィーガンスープ+¥180 Vegan Soup of the Day	アボカド1/4個+¥195 Avocado 1/4 お麩のカツレツ(1枚)+¥180 Wheat Bran Cutlet(1 Sheet) 雑穀コロッケ(1個)+¥380 Millet Porridge Croquette(1 Piece)	塩サバのグリル+¥320 Grilled Salted Mackerel とろけるヴィーガンプリン+¥300 Thick & Creamy Vegan Pudding カフェフリー+¥220 Cafe Free (Free refills on drinks at the counter) 数量限定ランチスムージー+¥500 Limited Quantity Lunch Smoothie									



A **GRILLED SALMON**

Soy Sauce Koji-Marinated Salmon Plate with Guacamole Sauce
 生しょうゆ糍漬けサーモンプレート ¥1,350
 ワカモレソース

生しょうゆ糍に漬けたサーモンを低温真空調理でしっとり仕上げアボカドをたっぷり使用したワカモレソースが癖になる一品です

☆おすすめトッピング! サラダと本日のヴィーガンスープ お得なセット
 ※ 原材料はスタッフへお尋ねください。



D **SUSHI ROLL** **数量限定**

Organic Brown Rice Sushi Roll Plate with Roasted Vegetables, Deli & Vegan Soup
 有機玄米の巻き寿司プレート ¥1,250

お野菜のロースト、デリ、ヴィーガンスープ付き
 アボカド、切り干煮、大葉が入った玄米の巻き寿司。
 甘辛いかば焼きソースが味の決めて!
 ※ 原材料はスタッフへお尋ねください。

☆おすすめトッピング! お麩のカツレツ + サラダ



B **BUDDHA BOWL**

Limited to 15 a day!
 Macrobi Buddha Bowl of Grilled Tuna Cheek Meat with Balsamic sauce
 限定15食! マグロブッタボウル ¥1,380
 (まぐろホホ肉のグリル) パルサミコソース

マグロ、デリ、お野菜のローストが乗ったブッダボウル。
 さっぱりとしたパルサミコソースが味の決め手!

☆おすすめトッピング! 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。



E **VEGAN CURRY**

Macrobiotic Butter Chicken Curry
 マクロビ バターチキンカレー **Gluten Free** [大豆・アーモンド] ¥1,150

濃厚でスパイシーなカレーに大豆ミートを合わせました。
 バターとチキンを使用せずバターチキンカレーに見立てたヴィーガンカレーです
 お野菜のピクルス、お野菜のローストつき。

☆おすすめトッピング! アボカド+雑穀のコロッケ



C **DEEP FRIED SOY MEAT**

Deep Fried Soy Meat
 ソイミート南蛮プレート (チキン南蛮風) ¥1,350

デリ、お野菜ローストつき
 大豆ミートのからあげを甘酢タレと合わせました。
 ヴィーガントータルと一緒に召上がりください。

☆おすすめトッピング! 塩サバのグリル+とろけるヴィーガンプリン
 ※ 原材料はスタッフへお尋ねください。



F **SPECIAL PLATE**

Assorted Macrobi Meal Plate
 よくばりプレート ¥1,980

玄米、酵素玄米、サバ、マグロ、お麩カツ、雑穀コロッケ、デリ、
 ロースト野菜、サラダ、スープ 付き
 一皿でいくつもの味が楽しめる欲張りなプレートです。

☆おすすめトッピング! ランチスムージー+アボカド+とろけるヴィーガンプリン
 ※ 原材料はスタッフへお尋ねください。



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、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。

※有機栽培・特別栽培などの農産物は仕入れ状況により変わることがあります。

BEAUTY COURSE

ビューティーコース



¥ 4,840

クレンジショットジュース
Cleanse Shot Juice

ヴィーガンフォアグラのクネル
Vegan Foie Gras Knödel

温野菜のオリエンタル風 キャビア添え
Warm Vegetable Oriental Style with Caviar

本日のヴィーガンスープ
Today's Vegan Soup

ケールとマンゴのサラダ
SOYヨーグルトドレッシング
Kale and Mango Salad with Soy Yogurt Dressing

本日のマクロビパスタ
Today's Macrobiotic Pasta

スズキのポワレ
五種の雑穀と大豆、濃縮魚介とトマトのミジョテ
Fried Sea Bass with Five Grains, Soy, Concentrated Seafood, and Tomato Mijote

ヴィーガンケーキ
Vegan Cake

有機コーヒー or ルイボスティー
Organic Coffee or Rooibos Tea

MACROBI COURSE

マクロビコース

¥ 3,080

CHAYAマクロビデリと季節野菜の盛り合わせ
Chaya Macrobi Deli and Seasonal Vegetable Assortment

本日のヴィーガンスープ
Today's Vegan Soup

選べるメイン
Choice of Main

・アボカドと大豆ミートチリソースのヴィーガンタコライス
Vegan Taco Rice with Avocado and Soy Meat Chili Sauce

・マクロビ バターチキンカレー Gluten Free
Macrobiotic Butter Chicken Curry

・本日のマクロビパスタ
Today's Macrobiotic Pasta

ヴィーガンケーキ
Vegan Cake

HEALTHY COURSE

ヘルシーコース

¥ 3,850

クレンジショットジュース
Cleanse Shot Juice

CHAYAマクロビデリと季節野菜の盛り合わせ
Chaya Macrobi Deli and Seasonal Vegetable Assortment

本日のヴィーガンスープ
Today's Vegan Soup

ケールとマンゴのサラダ
SOYヨーグルトドレッシング
Kale and Mango Salad with Soy Yogurt Dressing

スズキのポワレ 五種の雑穀と大豆、
濃縮魚介とトマトのミジョテ バゲット添え
Fried Sea Bass with Five Grains, Soy, Concentrated Seafood, and Tomato Mijote with Baguette

ヴィーガンケーキ
Vegan Cake