

# BOWL

国産有機玄米使用

※国産有機玄米を黒米入り酵素玄米に変更できます(+100円)

※写真はイメージです



ヴィーガン  
A

SOY MEAT SAUTEED WITH GINGER VEGAN BOWL  
大豆ミートジンジャーソテービーガンボウル **Vegan** ¥ 1,480  
ジンジャー風味にソテーした、大豆ミート、デリ、ロースト野菜とを添えたビーガンボウル  
[大豆・小麦・胡麻]



スペシャル  
B

STEWED TUNA WITH BALSAMIC SAUCE MACROBIOTICS BOWL  
マグロのほほ肉の煮込みのマクロビボウル ¥ 1,580  
バルサミコソースで煮込んだマグロ、サラダ、デリ、ロースト野菜を添えたマクロビボウル  
[大豆・小麦・胡麻]



スペシャル  
C

SMOKE SALMON WITH AVOCADO MACROBIOTICS BOWL  
スモークサーモンとアボカドのマクロビボウル ¥ 1,580  
スモークサーモンとアボカド、サラダ、デリ、ロースト野菜を添えたマクロビボウル  
[大豆・胡麻]

# CURRY



スパイス  
D

VEGAN KEEMA CURRY WITH FIVE KINDS OF VEGETABLES  
5種野菜の入ったヴィーガンキーマカレー **Vegan** ¥ 1,480  
玉ねぎ、人参、茄子、セロリ、パプリカの入ったヴィーガンカレー  
[大豆・小麦]

# PLATE



スペシャル  
E

SOYHAMBURG WITH MAPLE MUSTARD SAUCE  
Soyハンバーグ メープルマスタードソース プレート **Vegan** ¥ 1,580  
オリジナルSoyハンバーグに粒マスタードソース、サラダ、デリのついた贅沢プレート  
[大豆・りんご・胡麻]



スペシャル  
F

VEGAN NANBAN PLATE WITH SOY MEAT  
Soyミートのヴィーガン南蛮プレート **Vegan** ¥ 1,580  
ヴィーガン仕立てのSoyミート南蛮  
[大豆・小麦・りんご・胡麻]



野菜大盛  
G

ASSORTED MACROBI MEAL PLATE  
ボリューム満点! マクロビガーデンプレート **Vegan** ¥ 1,780  
野菜をたくさん使った、身体に美味しいプレート。いろんな味が楽しめます  
[大豆・小麦・胡麻・りんご]

日替わりのデリ、ドレッシング等でアレルギーが変わりますので、詳しくはスタッフまでお尋ね下さい 表示価格は税込みです

# TAPAS タパス



雑穀コロッケ 自家製カツソース添え **Vegan** ¥ 550  
Multi-Grain Croquette with Homemade Cutlet Sauce  
[小麦・大豆・りんご]

お麩のカツレツ **Vegan** ¥ 550  
Cutlet of Dried Wheat Gluten  
[小麦・大豆・りんご]

大豆ミートの唐揚げ ヴィーガンタルタルソース添え **Vegan**  
Deep Fried Soy Meat with Vegan Tartar sauce  
[小麦・大豆] Mサイズ ¥ 550  
Lサイズ ¥ 690

マクロビフリット3種盛り合わせ **Vegan** ¥ 880  
Assorted 3 kinds Macrobi Fritto  
[小麦・大豆・りんご]

フライドポテト ¥ 650  
(ハーブ風味/自家製ケチャップ添え) **Vegan**  
French Fries(Harbal Flavor/Homemade Ketchup)  
[小麦・りんご]

季節のロースト野菜盛り合わせ **Vegan** ¥ 880  
Assorted Roasted Seasonal Vegetables  
[大豆]

ハーブ風味の自家製ピクルス **Vegan** ¥ 580  
Harbal Flavor Home made Pickles

本日のマクロビデリプレート **Vegan** ¥ 480  
Macrobiotic Deli of the Day

ファラフェル Soyグルトソース添え **Vegan** ¥ 580  
Falafel with Soy Gult  
[大豆・りんご]

# SALAD サラダ



季節野菜の15品目サラダ **Vegan** ¥ 960  
Salad of 15 Seasonal vegetables

サーモンとスーパーフードのパワーサラダ ¥ 1,070  
Salmon and Super food Power Salad

# MAIN DISH メインディッシュ



Soyハンバーグ  
メープル粒マスタードソース **Vegan** ¥ 1,680  
SoyHamburg  
with Maple Mustard Sauce [大豆・りんご]

マグロのステーキ 和風バルサミコソース ¥ 1,680

Tuna Steak with Japanese style Balsamic Sauce  
[小麦・大豆・ごま]

国産有機玄米 北海道市川農場より Organic Brown Rice	¥ 330
黒米入り酵素玄米ごはん Fermented Brown Rice	¥ 380
ヴィーガンカップスープ Vegan Cup Soup	¥ 500

※ 当店では国産有機玄米を使用しております。  
※ 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。

表示価格は税込みです  
アレルギーをお持ちの方はスタッフにお尋ねください

コースのラストオーダーは20:30とさせていただきます

CHAYA  
Natural & Wild Table

# HEALTHY & BEAUTY ヘルシー & ビューティーメニュー

「旬食材」×「スーパーフード」で、カラダの中からビューティーケア。



healthy vegetable course

ヘルシー畑コース **Vegan**

季節の前菜6種盛り

Soyハンバーグ メープル粒マスタードソース

国産有機玄米 又は 黒米入り酵素玄米・ドリンク

Vegetables Antipasto, SoyHamburg, Organic Brown Rice or  
Fermented Brown Rice with Black rice, Drink

¥2,500



## CHAYA NATURAL & WILD TABLE

Natural (体や環境にやさしい)

Wild (野生・自然の力を宿した食材)

をテーマに、世界中のスパイスや調理法を取り入れた  
CHAYA マクロビの世界をお楽しみください。

## CHAYA PLAN

チャヤプラン

¥3,800

乾杯ドリンク

Toast Drink

前菜3種盛り合わせ

Assorted of Antipasto

・キヌアとケールのガーデンサラダ  
Quinoa and Kale Garden Salad

・本日のマクロビデリ  
Macrobi Deli of the Day

・大豆ミートのから揚げ  
Deep Fried Soy Meat

ヴィーガンカップスープ

Vegan Cup Soup



選べるメイン

Choice of Main

・Soyハンバーグ メープル粒マスタードソース  
SoyHamburg Steak with Whole-grain Mustard Sauce  
[大豆・りんご]

・5種野菜の入ったヴィーガンキーマカレー  
Vegan Keema curry with Five kinds of vegetables  
[大豆・小麦]

・マグロステーキ 和風バルサミコソース(+¥330)  
Tuna Steak with Japanese Style Balsamic Sauce  
[小麦・大豆・ごま]

・鯖の西京焼き(+¥330)  
Grilled SAWARA with Saikyou Miso  
[大豆]

マクロビケーキ カフェ(おかわり自由)

Choice of Macrobiotic Cake & Cafe

## OUR SPECIAL



有機玄米「ゆめぴりか」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。

当店では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。