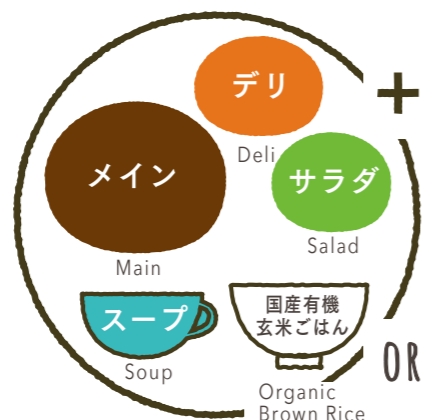


# HOLIDAY LUNCH SET 休日ランチセット

※写真はイメージです

スープ、サラダ、メイン、  
ライス、デリを1プレートに  
盛り込んだランチプレート

¥ 1,980



**ドリンク付き**  
コーヒー、紅茶、三年番茶、  
野菜ジュース  
Coffee or Blak tea or Japanese tea  
or Vegetable Juice

**国産有機玄米使用**  
Organic Brown Rice  
※国産有機玄米を  
黒米入り酵素玄米に変更できます  
(+100円)  
Fermented  
Brown Rice



**A ASSORTED MACROBI MEAL PLATE**  
**マクロビガーデンプレート** Vegan  
雑穀コロッケ、ゼニ麩カツレツ、Soyミート唐揚げの付いた  
ボリュームいっぱいのプレート  
[大豆・小麦・りんご・胡麻]

**B GRILLED SAWARA WITH SAIKYO MISO**  
**鯖の西京焼きプレート**  
春魚の鯖を京都の西京味噌で漬け込み、香ばしく焼き上げました  
[大豆]

**C SOYHAMBURG WITH MAPLE MUSTARD SAUCE**  
**ベジバーグプレート** Vegan  
オリジナルSoyハンバーグに粒マスタードソース  
[大豆・りんご・胡麻]

**D TUNA STEAK WITH JAPANESE STYLE BALSAMIC SAUCE**  
**マグロステーキプレート** Seafood  
マグロほほ肉のステーキと和風バルサミコソース  
[大豆・小麦・胡麻]

## DESSERT デザートもいかがでしょうか? Would you like some dessert?

チョコレートブラウニー ¥572  
Chocolate Brownie

ヴィーガンドーナツ ¥440 ~  
Vegan Donuts

その他のデザートはスタッフまで

# HEALTHY & BEAUTY

表示価格は税込みです

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 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

※ 当店で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

# TAPAS タパス



雑穀コロケ 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 ¥ 1,680  
メープル粒マスタードソース **Vegan**  
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



# HOLIDAY LUNCH MENU



## 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。

## 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。

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  
※ 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。