

[ 平日限定 お得なランチ ]

# WEEKDAY LUNCH



[ 11:00 - 14:00 ]

表示価格は税込です  
※3名様以上の個別会計はご遠慮ください

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><b>A</b> ~ <b>F</b></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> <p>サラダと本日のヴィーガンスープ お得なセット+¥300 Salad &amp; Vegan Soup of the Day, Value Set</p> <p>酵素玄米に変更+¥120 Fermented Brown Rice</p> <p>サラダ+¥200 Salad</p> <p>本日のヴィーガンスープ+¥180 Vegan Soup of the Day</p> </td> <td> <p>アボカド1/4個+¥195 Avocado 1/4</p> <p>お麩のカツレツ(1枚)+¥180 Wheat Bran Cutlet(1 Sheet)</p> <p>雑穀コロッケ(1個)+¥380 Millet Porridge Croquette(1 Piece)</p> </td> <td> <p>塩サバのグリル+¥320 Grilled Salted Mackerel</p> <p>とろけるヴィーガンプリン+¥300 Thick &amp; Creamy Vegan Pudding</p> <p>カフェフリー+¥220 Cafe Free (Free refills on drinks at the counter)</p> <p>数量限定ランチスムージー+¥500 Limited Quantity Lunch Smoothie</p> </td> </tr> </table>	<p>サラダと本日のヴィーガンスープ お得なセット+¥300 Salad &amp; Vegan Soup of the Day, Value Set</p> <p>酵素玄米に変更+¥120 Fermented Brown Rice</p> <p>サラダ+¥200 Salad</p> <p>本日のヴィーガンスープ+¥180 Vegan Soup of the Day</p>	<p>アボカド1/4個+¥195 Avocado 1/4</p> <p>お麩のカツレツ(1枚)+¥180 Wheat Bran Cutlet(1 Sheet)</p> <p>雑穀コロッケ(1個)+¥380 Millet Porridge Croquette(1 Piece)</p>	<p>塩サバのグリル+¥320 Grilled Salted Mackerel</p> <p>とろけるヴィーガンプリン+¥300 Thick &amp; Creamy Vegan Pudding</p> <p>カフェフリー+¥220 Cafe Free (Free refills on drinks at the counter)</p> <p>数量限定ランチスムージー+¥500 Limited Quantity Lunch Smoothie</p>	+	<p>大盛りできます Extra Serving</p> <p><b>大盛</b></p> <p>・玄米ご飯 Brown Rice</p> <p>大盛り+¥100です! Large Portion +¥100</p> <p>半量盛り-¥50 Half Portion -¥50</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><b>完成!</b></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>
<p>サラダと本日のヴィーガンスープ お得なセット+¥300 Salad &amp; Vegan Soup of the Day, Value Set</p> <p>酵素玄米に変更+¥120 Fermented Brown Rice</p> <p>サラダ+¥200 Salad</p> <p>本日のヴィーガンスープ+¥180 Vegan Soup of the Day</p>	<p>アボカド1/4個+¥195 Avocado 1/4</p> <p>お麩のカツレツ(1枚)+¥180 Wheat Bran Cutlet(1 Sheet)</p> <p>雑穀コロッケ(1個)+¥380 Millet Porridge Croquette(1 Piece)</p>	<p>塩サバのグリル+¥320 Grilled Salted Mackerel</p> <p>とろけるヴィーガンプリン+¥300 Thick &amp; Creamy Vegan Pudding</p> <p>カフェフリー+¥220 Cafe Free (Free refills on drinks at the counter)</p> <p>数量限定ランチスムージー+¥500 Limited Quantity Lunch Smoothie</p>									



**A** SALMON POKEBOWL

生しょうゆ糀  
Salmon poke bowl (fresh soy sauce salmon, bamboo shoots, avocado)  
サーモンポキボウル ¥1,380  
(生しょうゆ糀サーモン、筍、アボカド) [小麦・大豆]

しょうゆ糀漬けにしたサーモンとタケノコ、アボカドをサッパリと食べられる  
サーモンポキに仕上げました

☆おすすめトッピング! 雑穀コロッケ+サラダ



**D** VEGAN GAPAO RICE

ヘルシー  
Vegan Gapao Rice Plate (With roasted vegetables and coriander)  
ヴィーガン ガパオライスプレート [小麦・大豆] ¥1,350

デリ、お野菜ロースト、パクチー付き  
大豆ミートを使用しガパオライスに仕上げました

☆おすすめトッピング! お麩のカツレツ+アボカド+ヴィーガンスープ



**B** BUDDHA BOWL

玄米ボウル  
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) バルサミコソース

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

☆おすすめトッピング! 玄米ご飯大盛り+ヴィーガンスープ



**E** SOY MEAT HASHED BEEF

VEGAN  
Soy Meat Hashed beef Rice  
ソイミートハヤシライス [小麦・大豆] ¥1,350

ビーフの代わりに大豆ミートを使用しソースもプラントベースのハヤシライスです  
お野菜ピクルス お野菜ロースト付き

☆おすすめトッピング! アボカド+雑穀コロッケ



**C** DEEP FRIED SOY MEAT

大豆ミート  
Deep Fried Soy Meat  
ソイミート南蛮プレート (チキン南蛮風) ¥1,380  
デリ、お野菜ローストつき [小麦・大豆]

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し上がりください。

☆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



**F** SPECIAL PLATE

満足  
Assorted Macrobi Meal Plate  
よくばりプレート [小麦・大豆] ¥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。 ※ 写真はイメージです。 ※ 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。



## 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

ケールといちごのサラダ  
SOYヨーグルトドレッシング  
Kale and Strawberry 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

・ソイミートハヤシライス  
Soy Meat Hashed beef Rice

・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

ケールといちごのサラダ  
SOYヨーグルトドレッシング  
Kale and Strawberry 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