

# 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・りんご・胡麻]

# CURRY



スパイス  
D

VEGAN SOY CUTLET CURRY  
ヴィーガンSoyカツカレー **Vegan** ¥ 1,480

サクサクのSOYミートカツとスパイスヴィーガンカレー  
[大豆・小麦・落花生]

# PLATE



スペシャル  
E

SOY-HAMBURG WITH JAPANESE STYLE ONION SAUCE  
Soyハンバーグ 和風オニオンソース プレート **Vegan** ¥ 1,580

オリジナルSoyハンバーグに和風オニオンソース、サラダ、デリのついた贅沢プレート  
[小麦・大豆・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]

お麩のカツレット **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 和風オニオンソース **Vegan** ¥ 1,680  
SOY-Hamburg with Japanese Style Onion Sauce  
[小麦・大豆]

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 和風オニオンソース

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 和風オニオンソース **Vegan**  
SoyHamburg Steak with Japanese Style Onion Sauce  
[小麦・大豆]

・ヴィーガンSoyカツカレー **Vegan**  
Vegan SOY Cutlet Curry  
[大豆・小麦・落花生]

・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]

マクロビスイーツ&カフェ(おかわり自由)

Choice of Macrobiotic Sweets & 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。