

# 20品目の野菜の腸活パスタプレート

¥1,320(税込)

お好みの「発酵ソース」を  
3種類の中からお選びください！



(20品目の野菜の腸活パスタプレート+フリードリンク)

20品目の季節のお野菜を、一番美味しい調理方法でご用意しました。

チーズを絡めたゆでたてパスタに  
お好みの「発酵ソース」をかけて召し上がれ！

## ■お好みのソースをお選びください

- ・甘酒ヨーグルトジンジャーソース
- ・納豆といりごまのソース
- ・バーニャカウダソース

# Lunch menu

(11:00~14:00 LO)



(前菜6種盛り合わせ+メイン料理+自家製甘酒パン+フリードリンク)

※ピッツアご注文のお客様には自家製甘酒パンはつきません

## ローカーボ サポート

～血糖値の上昇を穏やかにする低炭水化物メニュー～

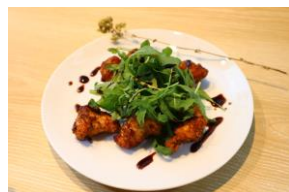
- ・カリフラワーとスペルト小麦、パルメザンチーズのリゾット 1320
- ・12種類のお野菜のバーニャカウダソーススパゲティー 1430



## プロテイン サポート

～体を作り上げる高タンパク質メニュー～

- ・若鶏のボッコンチーノ 熟成バルサミコとルッコラのサラダ 1540
- ・ピッツア クアトロフォルマッジョ 1650



## ダイエットサポート

～ビタミン・ミネラル豊富なお野菜たっぷりメニュー～

- ・鯖とパクチーときゅうりのスパゲティー 1430
- ・ガスパッチョとフレッシュ野菜の冷たいスパゲティー 1430



## デトックス サポート

～身体の内側からリフレッシュメニュー～

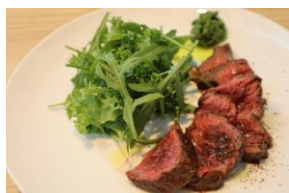
- ・12種類のお野菜とハーブとオリーブオイルのピッツア 1540
- ・トマトとニンニクの辛いスパゲティー 1210
- ・たっぷり野菜のミネストローネ 1100



## カロリー サポート

～これから更に頑張る自分にエナジーチャージ～

- ・大人のミートソーススパゲティー 1650
- ・牛ハラミ肉のビステッカ サルサベルデソース 2200



## Lunch desert

- ・麴香るティラミス 440
- ・アフオガート 440
- ・イタリアンプリン 440



※表示価格は税込です

# Caffe menu

(14:00～17:00)

## イタリアンドック 550

東京 下井草、ぐるめくにひろのスパイシーでジューシーな無添加ソーセージに衣をつけてカラッと揚げました。自家製トマトソースとご一緒に！

## 麴香るティラミス 660

麴と水だけで作った自然な甘味料「こうじ糖」を使用したしっとりなめらかなティラミスです。

## アフオガート 660

バニラジェラートに熱いエスプレッソをかけたイタリアの代表的なデザート。

## イタリアンプリン 660

たっぷりのクリームチーズを使い、しっかりと焼き上げた少し固めの王道プリンです。

## デザートセット 990

イタリアンドックまたはお好きなデザート＋お好みのソフトドリンク

# Soft drink

コーヒー(Hot/Ice)	550	コーラ	440
紅茶(hot/Ice)	550	ジンジャーエール	440
エスプレッソ	550	ウーロン茶	440
カフェラテ	660	ブラッドオレンジ ジュース	550
カプチーノ	660		

※表示価格は税込です

# menu

## *antipasto*

- レタスと赤キャベツのピクルス 440
- 白い発酵ポテトサラダ 440
- ふぐの子発酵バターブルスケッタ 550
- 塩麴トマトのブルスケッタ 550
- 鶏むね肉ハーブハムとニンジンのサラダ 550
- ししゃものフリットとパクチーのサラダ 550
- ジャガイモのフリッタータ 660
- 水牛のモッツアレラチーズと塩麴トマトのカプレーゼ 1320
- 12種類のお野菜のバーニャカウダソース 880
- ホタテ貝とタコとレモンのカルパッチョ 1320
- 無添加生ハムとサラミの盛り合わせ(ぐるめくにひろ) 1540
- オードブル5種盛り合わせ 1650
- 自家製 甘酒パン 165

## *Primo piatto*

- 塩麴トマトのスパゲティー 1210
- トマトとニンニクの辛いスパゲティー 1210
- カリフラワーとスペルト小麦、パルメザンチーズのリゾット 1320
- 鯖とパクチーときゅうりのスパゲティー 1430
- 12種類のお野菜のバーニャカウダソーススパゲティー 1430
- ガスパッチョとフレッシュ野菜の冷たいスパゲティー 1430
- 海老とセロリとレモンのスパゲティー 1540
- 4種のチーズと鶏むね肉ハーブハムのペンネ 1540
- 大人のミートソーススパゲティー 1650

## *Pizza*

- 削りたて！枕崎産 本枯節のクリスピーピッツァ 1650  
12種類のお野菜とハーブとオリーブオイルのピッツァ 1540  
マルゲリータ（トマト、モッツアレラチーズ、バジリコ）1430  
マリナーラ（トマト、オレガノ）1100  
ロマーナ（トマト、モッツアレラチーズ、アンチョビ）1540  
クアトロフォルマッジョ  
（モッツアレラチーズ、ゴルゴンゾーラ、タレッジョ、チェダー）1650

## *Second piatto*

- リヴォルノ風タコのトマト煮込み 1430  
塩麴マリネの鯖のグリルトマトとルッコラのサラダ 1430  
若鶏のボッコンチーノ 熟成バルサミコとルッコラのサラダ 1540  
グリルした若鶏もも肉のカポナータ煮込み 1540  
豚舌のグリル コラトゥーラソースとハーブのサラダ 1650  
山形豚のローストポークとトンナートソース 1650  
牛ハラミ肉のビステッカ サルサベルデソース 2200

## *dolce*

- 麴香るティラミス 660  
アフォガート 660  
イタリアンプリン 660



# Menu del Corso

## コースメニュー

*Piccolo Corso* 2860

小さなコース

本日の前菜5種の盛り合わせ

自家製甘酒パン

下記よりお好みのパスタ or ピッツァ

お好みのデザート

食後のお飲み物

### *Pasta*

塩麴トマトのスパゲティー

トマトとニンニクの辛いスパゲティー

カリフラワーとスペルト小麦、パルメザンチーズのリゾット

鯖とパクチーときゅうりのスパゲティー

10種類のお野菜のバーニャカウダソーススパゲティー

大人のミートソーススパゲティー(+100円)

### *pizza*

マルゲリータ(トマト、モッツアレラチーズ、バジリコ)

マリナーラ(トマト、オレガノ)

ロマーナ(トマト、モッツアレラチーズ、アンチョビ)

12種類のお野菜とハーブとオリーブオイルのピッツァ

クアトロフォルマッジョ (+100円)

(モッツアレラチーズ、ゴルゴンゾーラ、タレッジョ、チェダー)

*Grande Corso* 3850

フルコース

本日の前菜5種の盛り合わせ

自家製甘酒パン

メニューより お好みのパスタ

メニューよりお好みのお魚料理 or 肉料理

お好みのデザート

食後のお飲み物

※表示価格は税込です

# Drink menu

## aperitivo

グラススパークリングワイン	660
ブラッドオレンジミモザ	770
ベリーニ	770
カンパリソーダ	660

## Wine

グラス白ワイン	660
グラス赤ワイン	660
グラスオレンジワイン	660

## Highball & Sour

デュワーズハイボール	550
メーカーズマークハイボール	660
レモンサワー	550
ジンジャーミントレモンサワー	770
冷凍レモンサワー	770
リモンチェットソーダ	770
ブラッドオレンジサワー	770
アマレットソーダ	770
ウーロンハイ	550

## Beer

サッポロ黒ラベル 生	660
サッポロ エビスビール 中瓶	770
バラデン ナチオーレ	880
モレッティー	880
パナシェ	770
シャンディーガフ	770

## Digestivo

リモンチェット	770
グラッパ	880

## Soft drink

ウーロン茶	440
ブラッドオレンジジュース	550
コーラ	440
ジンジャーエール	440
コーヒー	550
紅茶	550
エスプレッソ	550
カフェラテ	660
カプチーノ	660
ノンアルコールビール	660

※ワインリストのご用意をしております。スタッフまでお問い合わせください。  
表示価格は税込です

# Wine list

## sparkling

ヴァルフォルモサ ムッサ カヴァ 3300  
BRUT “ナチュレ”  
スペイン／ペネデス  
チャレツロ、マカペオ、パレリヤード

ラジャラ プロセッコ 4400  
DOCG スプマンテ NV  
イタリア／ヴェネト 自然派  
グラレー

## champagne

ロワイエ エ フィス 8800  
キュヴェド レゼルブ NV  
フランス／シャンパーニュ  
ピノワール、シャルドネ

## orange

ボルゴサヴィアン アランサット 3300  
イタリア／フリウリ 自然派  
ピノグリージョ、ソーヴィニヨンブラン

ルナーリア マルヴァジア 4400  
ビアンカナチュレ 2021  
イタリア／アブルッツォ 自然派  
マルヴァジア

ロマーニャ アルバーナ セッコ 6050  
2020  
イタリア／エミリアロマーニャ 自然派  
アルバーナ

## white

フェウド アランチョ ピノグリージョ 3300  
イタリア／シチリア  
ピノグリージョ

ル タン デ ジタン 2020 3850  
フランス／ラングドック 自然派  
ソーヴィニヨンブラン、ヴェルメンティエーノ、グルナッシュ

ミューラーグロースマン グロッサー 6050  
サッサ 2020  
オーストリア／カンプタール 自然派  
グリュナー・ヴェルトリナー

デ フォルモ コンクレーテビアンコ 5500  
2019

イタリア／アブルッツォ 自然派  
ペコリーノ、シャルドネ、トレッピアーノ

ウマニロンキ レ ブスケ 6600  
マルケビアンコ シャルドネ 2020

イタリア／マルケ  
ヴェルディッキオ、シャルドネ

イナマ フォスカリーノ ソアヴェ クラシコ 7700  
2019

イタリア／ヴェネト  
ガルガネーガ

## red

ラヴィス カベルネ 2020 3300

イタリア／トレンティーノ・アルトアディジェ  
カベルネソーヴィニヨン

アツラ コスティエツラ ロッソ 4400  
2020

イタリア／ヴェネト 自然派  
メルロー、カベルネソーヴィニヨン

キャンティクラシコ ベラルデンガ 4950  
フェルシナ 2019

イタリア／トスカーナ  
サンジョベーゼ

イウリ ロッソ バルベラ ウンベルタ 5500  
2020

イタリア／ピエモンテ 自然派  
バルベラ

チレット モンソルド ランゲ ロッソ 6600  
2019

イタリア／ピエモンテ  
カベルネソーヴィニヨン、シラー

ジャコモ フェノッキオ バローロ 8800  
2017

イタリア／ピエモンテ  
ネッピオーロ

※表示価格は税込です