

FALL



my bowl SPECIAL
サーモンドリームポキボウル
 Salmon dream poke bowl w. wasabi soy sauce 1,998
 玄米&大麦 / サーモン / アボカド / とびっこ / えだまめ / 韓国のり / ミネラルミックス / レッドオニオンピクルス / 夏野菜のチョップドマリネ / ジンジャーピクルス / ピーツ味噌

半熟たまご	+280	キムチ	+165	有機納豆	+220	ライス大盛り	+150
soft-boiled egg		kimchi		organic natto		extra rice	



自家製低温調理ローストビーフ、キムチ & アボカド
ごま味噌とかぼちゃの冷やしヌードル
 Tahini Chilled noodle w. House-made roast beef 1,690

ローストビーフ大盛り	+550	ヌードル大盛り	+150	オニオングラタンスープ	+680
extra roast beef		extra noodle		onion gratin soup	

* 混雑の有無に関わらず、**お席のご利用はご入店から 90 分以内**でお願いいたします。
 * 店内ご利用の際は、**一席につき一品以上のご注文**をお願いいたします。



RICE BOWL



サーモンのコリアンライスボウル
 1,590
 + 半熟たまご (V,GF) 280
 + 有機納豆 (VV) 240
 + サーマンカルパッチョ 595

メキシカンブリーボウル
 A5 黒毛和牛ビーフ、アボカド、半熟エッグ
 1,450
 + パクチー (VV,GF) 110
 + ライス大盛り (VV) 150

一晩自家製スパイスに漬け込んだ
BBQ PERI PERI チキンプレート
 1,490
 + 炙りチーズ (V,GF) 220
 + チキン増量 480
 + オニオングラタンスープ 680

ハニーレモンチキンとケールのパエリア
 ムール貝、半熟たまご
 1,590
 + 炙りチーズ (V,GF) 220

VEGAN BOWL

ヴィーガンデリプレート
 ラザニア、マカロニチーズ
 (VV) 1,590
 + ロースト野菜 (VV,GF) 440

ケールソーの warm bowl
 ロースト野菜と無農薬バジルライス
 味噌豆腐ステーキ、アボカド、フムス
 (VV) 1,590
 + ローストしいたけ (VV,GF) 280

ケールソーの warm bowl
アボカドホットキヌア
 (VV,GF) 1,490
 + 自家製フムス (VV,GF) 220
 + ロースト野菜 (VV,GF) 440

ケールとアボカドの十割そばサラダ
 * ゆでたてのそばのため、お時間頂戴いたします。
 (VV) 1,490
 + 有機納豆 (VV) 240
 + キムチ (V,GF) 165

SALAD BOWL



自家製低温調理のローストビーフサラダ
 (GF) 1,590
 + アボカド (VV,GF) 385
 + 半熟たまご (V,GF) 280
 + ローストビーフ増量 (GF) 660

しいたけとアボカドのヴィーガンシーザー
 (VV,GF) 1,450
 + 味噌豆腐ステーキ (VV,GF) 280
 + 自家製フムス (VV,GF) 220

ケールチキンシーザー
 (GF) 1,390
 + アボカド (VV,GF) 385
 + トルティヤチップス (VV) 110
 + リコッタチーズ (V,GF) 198

和牛とチョップドマリネのガバオサラダ
 目玉焼き、パクチー
 (GF) 1,490
 + アボカド (VV,GF) 385
 + ライス追加 330

SOUP

VEGAN かぼちゃのクリームスープ
 (VV,GF) 780
 + バゲット (VV) 220

チーズたっぷり
オニオングラタンスープ 680

VEGAN とうもろこしの冷製スープ
 (VV,GF) 780
 + バゲット (VV) 220

ORGANIC ACAI BOWL



- 期間限定 - オーガニックアサイーボウル
【ショコラ チョコチップ & 自家製ブラウニー】
 チョコクリーム & ソース
 (VV,GF) 1,790
 + はちみつ (V,GF) 110
 + チョコチップ増量 (VV,GF) 110
 + アサイー増量 (VV,GF) 398



人気
【はちみつ】オーガニックアサイーボウル
 (V,GF) 1,690
 オーガニックアサイー / オーガニックバナナ / マンゴー / ストロベリー / ブルーベリー / 自家製オーガニックグラノーラ / オーガニックココナッツフレック / オーガニックカカオニブ / はちみつ
 + チョコチップ (VV,GF) 110
 + アサイー増量 (V,GF) 398
 + はちみつ増量 (V,GF) 110
 + ハニーコム (V,GF) 398
 + グreekヨーグルト (V,GF) 398

* グラノーラをお選びください。
 はちみつバター (+150) ナッツ & シード チョコレート 抹茶カカオクランブル ストロベリーバナラ (+150)



♡ my bowl 定番
【ヴィーガン】オーガニックアサイーボウル
 (VV,GF) 1,690
 オーガニックアサイー / オーガニックバナナ / ストロベリー / ブルーベリー / 自家製オーガニックグラノーラ / オーガニックココナッツフレック / 自家製アーモンドバター / オーガニックカカオニブ / オーガニックアガベ
 + ソイヨーグルト (VV,GF) 350
 + アサイー増量 (VV,GF) 398
 + フルーツ増量 (VV,GF) 398

* グラノーラをお選びください。
 はちみつバター (+150) ナッツ & シード チョコレート 抹茶カカオクランブル ストロベリーバナラ (+150)



【グreekヨーグルト】オーガニックアサイーボウル
 (V,GF) 1,998
 オーガニックアサイー / グreekヨーグルト / オーガニックバナナ / ストロベリー / ブルーベリー / 自家製オーガニックグラノーラ / オーガニックココナッツフレック / オーガニックカカオニブ / はちみつ
 + ハニーコム (V,GF) 398
 + 自家製アーモンドバター (VV,GF) 110

* グラノーラをお選びください。
 はちみつバター (+150) ナッツ & シード チョコレート 抹茶カカオクランブル ストロベリーバナラ (+150)



- 期間限定 - アサイー 1.5 倍 & たっふりフルーツ
【スペシャル - ハニーコム & トロピカル -】オーガニックアサイーボウル
 (V,GF) 2,498
 オーガニックアサイー / ハニーコム / オーガニックバナナ / マンゴー / パイナップル / ストロベリー / ブルーベリー / 自家製オーガニックグラノーラ / オーガニックココナッツフレック / オーガニックカカオニブ / ビーボレン / コジベリ / はちみつ / ビーナッツバター / 自家製アーモンドバター
 + グreekヨーグルト (V,GF) 398
 + マヌカハニー (V,GF) 298

* グラノーラをお選びください。
 はちみつバター (+150) ナッツ & シード チョコレート 抹茶カカオクランブル ストロベリーバナラ (+150)

ORGANIC GRANOLA YOGURT BOWL



グreekヨーグルトボウル
 w. 自家製ストロベリージャム
 (V,GF) 1,690

グreekヨーグルト / ストロベリー / ブルーベリー / 自家製ストロベリージャム / 自家製オーガニックグラノーラ / オーガニックココナッツフレック / オーガニックカカオニブ / オーガニックアガベ
 + フルーツ増量 (VV,GF) 398
 + ハニーコム (V,GF) 398

* グラノーラをお選びください。
 はちみつバター (+150) ナッツ & シード チョコレート 抹茶カカオクランブル ストロベリーバナラ (+150)



ソイヨーグルト & グラノーラボウル
 (VV,GF) 1,490

ソイヨーグルト / ストロベリー / ブルーベリー / オレンジ / 自家製アーモンドバター / 自家製オーガニックグラノーラ / オーガニックココナッツフレック / オーガニックカカオニブ / オーガニックアガベ
 + 自家製ストロベリージャム (VV,GF) 220

* グラノーラをお選びください。
 はちみつバター (+150) ナッツ & シード チョコレート 抹茶カカオクランブル ストロベリーバナラ (+150)

SMOOTHIE BOWL



マンゴースムージーボウル
 (VV,GF) 1,640
 * グラノーラをお選びください。
 はちみつバター (+150) ナッツ & シード チョコレート 抹茶カカオクランブル ストロベリーバナラ (+150)



ストロベリーバナナボウル
 (VV,GF) 1,490
 * グラノーラをお選びください。
 はちみつバター (+150) ナッツ & シード チョコレート 抹茶カカオクランブル ストロベリーバナラ (+150)



ZEN 抹茶ボウル
 宇治抹茶、デザート
 (VV,GF) 1,590
 * グラノーラをお選びください。
 はちみつバター (+150) ナッツ & シード チョコレート 抹茶カカオクランブル ストロベリーバナラ (+150)



パンキンアーモンドバターボウル
 VERVE COFFEE エスプレッソ
 (VV,GF) 1,690
 * グラノーラをお選びください。
 はちみつバター (+150) ナッツ & シード チョコレート 抹茶カカオクランブル ストロベリーバナラ (+150)

TOAST, PANCAKE



アボカドトースト
 クリーミーカシューソース、デュカ
 (VV) 1,490
 + 目玉焼き (V,GF) 280



低温調理ローストビーフとアボカドチーズサンドウィッチ
 1,590
 + 目玉焼き (V,GF) 280



サーモントースト
 w. 無農薬バジルソース
 1,490
 + ポーチドエッグ (V,GF) 280



バナナと米粉のフルーツパンケーキ
 (VV,GF) 1,490
 + ヴィーガンクリーム変更 (V,GF) FREE
 + チョコレートクリーム (VV,GF) 150



ヴィーガン米粉パンケーキ
 w. ブルーベリーソース
 (VV,GF) 1,490
 + チョコレートクリーム (VV,GF) 150



ハニーリコッタストロベリートースト
 (V) 1,350
 + キャラメルクリーム (VV,GF) 150

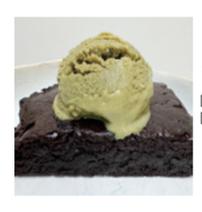
VEGAN, Gluten-free SWEETS



FALL
メープルシナモン
焼きりんご
 w. ココナッツキャラメルアイス
 (VV,GF) 891
 * 約 20 分頂戴いたします。



ストロベリーキャンドルパフェ
 (VV,GF) 891
 ストロベリーバナラグラノーラ、ソイクリーム、アイスクリーム、いちごソース、ヨーグルトなどさまざまな食感が楽しめるパフェ。
ダブルチョコレートパフェ
 (VV,GF) 891



チョコレートブラウニー
 w. 自家製有機アイスクリーム
 (VV,GF) 750
 オーガニックアイスクリームをお選びください。
 チョコレート ココナッツキャラメル 抹茶



バナナスライスブレッド
 w. オーガニックバナナ、自家製アーモンドバター、そばの実
 (VV,GF) 750

VV vegan V vegetarian GF gluten-free
 * 当店の価格は全て税込価格です。 * 食物アレルギーをお持ちのお客様はスタッフにお申し付けください。 * 仕入れ状況により食材を変更する場合がございます。