

VEGAN DELI



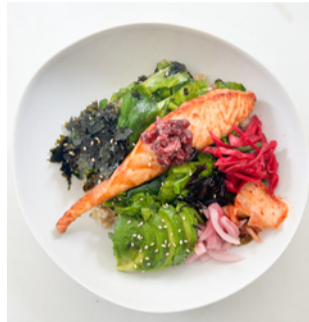
キチュリブッダボウル
w/ 有機ソイトマトスープ (VV,GF) 1,390
w/ アボカド (VV,GF) +280
w/ ゆず味噌豆腐ステーキ (VV,GF) +250

有機バジルカリフラワーライス
w/ ロースト野菜 + ゆず味噌豆腐ステーキ (VV,GF) 1,390
w/ アボカド (VV,GF) +280
w/ ベイクドファラフェル (VV,GF) +330
w/ 自家製フムス (VV,GF) +110

VEGAN チーズプレート
ラザニア + マカロニチーズ (VV) 1,298
w/ VEGAN トマトスープ (VV,GF) +330
w/ 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 (VV) 1,290
w/ 有機納豆 (VV) +220
w/ 鶴橋キムチ (VV,GF) +165

MEAT+FI SH DELI



サーモンの有機メープルロースト コリアンライスボウル 1,450
w/ 半熟たまご (V,GF) +240
w/ 炙りチーズ (V,GF) +110

一晚自家製スパイスに漬込んだ BBQ PERI PERI チキンプレート 1,290
w/ ライス大盛り +150
w/ 半熟たまご (V,GF) +240
w/ オニオングラタンスープ +680

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 1,350
w/ ライス大盛り (VV) +150
w/ パクチー (VV,GF) +110

ハニーレモンチキンとケールのパエリア w/ SOY ヨーグルトソース 1,298
w/ 炙りチーズ (V,GF) +110
w/ 目玉焼き (V,GF) +240

SALAD



自家製 低温調理のローストビーフサラダ (GF) 1,490
w/ アボカド (VV,GF) +280
w/ ポーチドエッグ (V,GF) +240
w/ ローストビーフ大盛り (GF) +550

ケールチキンシーザー (GF) 1,290
w/ アボカド (VV,GF) +280
w/ トルティヤチップス (VV) +110

A5 黒毛和牛とマリネ野菜の タイスイートチリサラダ (GF) 1,290
w/ アボカド (VV,GF) +280
w/ 自家製フムス (VV,GF) +110

しいたけベーコンとアボカドの ヴィーガンシーザー (VV,GF) 1,350
w/ ゆず味噌豆腐ステーキ (VV,GF) +250
w/ 自家製フムス (VV,GF) +110

ケールソーテーの warm bowl
自家製ベイクド ファラフェル + フムス (VV,GF) 1,350
w/ アボカド (VV,GF) +280
w/ ロースト野菜 (VV,GF) +440
w/ VEGAN トマトスープ (VV,GF) +330

ケールソーテーの warm bowl
アボカドホットキヌア (VV,GF) 1,390
w/ ロースト野菜 (VV,GF) +440
w/ ベイクドファラフェル (VV,GF) +330

Organic GRANOLA BOWL



オーガニックアサイーボウル (VV,GF) 1,390
w/SOY ヨーグルト (VV,GF) +350



グラノーラ SOY ヨーグルトボウル (VV,GF) 1,250

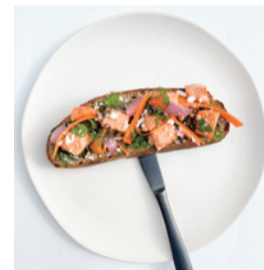
グラノーラをお選びください。 CHOOSE HOUSE-MADE GRANOLA

NUTS&SEEDS STRAWBERRY VANILLA(+150)
 MATCHA CACAO CRUMBLE CHOCOLATE

TOAST



AVO トースト (VV) 1,250



サーモントースト w/ 自家製バジルソース 1,350



低温調理ローストビーフとアボカドチーズのサンドウィッチ 1,450

add ons w/ ポーチドエッグ (V,GF) +240 w/ 10 品目のケールサラダ (VV,GF) +330
w/ 目玉焼き (V,GF) +240 w/ VEGAN スープ (VV,GF) +330

SOUP



チーズたっぷり オニオングラタンスープ 680

Soup of the day
VEGAN 秋のクリームスープ (VV,GF) 680
w/ バゲット (VV) +110

VEGAN トマトクリームスープ (VV,GF) 780
w/ バゲット (VV) +110
w/ アーユルヴェーダキチュリ (VV,GF) +330

SIDE



VEGAN チーズ ケールとほうれん草のラザニア (VV) 550



VEGAN マカロニチーズ (VV) 550

HOUSE-MADE VEGAN, Gluten-free SWEETS



安納芋と自家製アイスクリームの 有機メープルスイートポテト (VV,GF) 880
*お時間 20 分ほど頂戴いたします。



オーガニックアイスどら焼き (VV,GF) 680
CHOOSE ONE.
 チョコレート ブラックセサミ 抹茶



ダブルチョコレートパフェ (VV,GF) 891
my bowl 定番スイーツ
ディグすると現れる自家製アイスクリームとブラウニー、有機チョコレートグラノーラのザクザク食感が楽しい、キッズにも人気のパフェ。



VEGANオーガニックアイスクリーム * 乳製品、添加物、保存剤不使用 (VV,GF) 2scoop 660
・チョコレート ・抹茶 ・ラズベリーチーズケーキ
・ココナッツキャラメル ・ブラックセサミ

ストロベリーココナッツケーキ (VV,GF) 680

チョコレートブラウニー w/ 自家製アイスクリーム (VV,GF) 750

アイスクリームをお選びください。 CHOOSE ONE.
 チョコレート ココナッツキャラメル 抹茶

バナナスライスケーキ

w/ 自家製ココナッツキャラメルアイスクリーム + そばの実 (VV,GF) 680

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。

FALL in love with my bowl



Vegan Curry (vegan)

2種のあいがけヴィーガンカレー w/ キチュリライス
 カシューナッツのココナッツカレー / ひよこ豆とケールのキーマカレー

Combination Vegan Curry with Kichuri
 Cashew Coconut curry and Chickpea, kale keema curry

1,540

半熟たまご +236
 soft-boiled egg

PERI PERI スパイスチキン +471
 PERI PERI spice chicken

ココナッツチキンカレーへ変更 +330
 change to chicken curry

和牛ミンチキーマカレーへ変更 +330
 change to Wagyu curry

2種あいがけのヴィーガンスパイスカレー!
 バスティマスライス & ムング豆をスパイスと一緒に炊いたカレーに
 びったりのキチュリライスと一緒に。サイドはケールサラダ +
 チョップマリネに自家製フムスとソイヨーグルトソース。



自家製 10種類のフルーツシロップ
 フルーツミントティー 680

北海道産かぼちゃ + 自家製ブレンドスパイス
 パンプキンスパイラテ 680



BEEF NOODLE



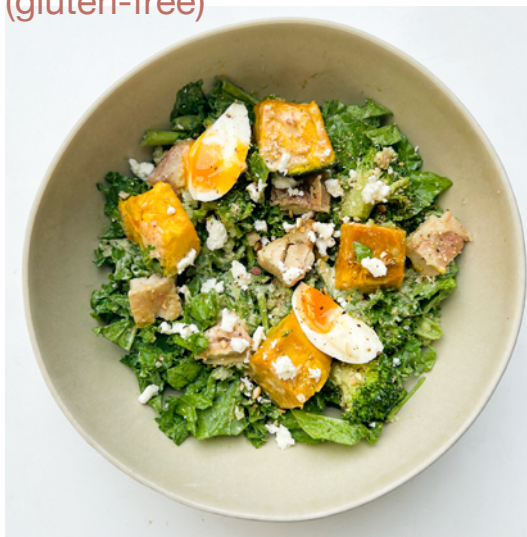
ミーゴレン - アジアンヌードル -
 自家製低温調理ローストビーフのアジアンやきそば 1,490

Mi goreng Asian fried noodle w/ House-made roasted beef

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
 add roast beef add noodle onion gratin soup

アジアン風味のミーゴレンヌードル。馴染み深いソース味のヌードル
 にはアガベバルサミコドレッシングのさっぱりサラダがぴったり。

Hokkaido Fall Salad (gluten-free)



北海道かぼちゃとローストチキンのナッツバターサラダ
 Hokkaido pumpkin fall salad 1,390

kale/komatsuna/spinach/pumpkin/roasted chicken/quinoa/mixed nuts/
 soft-boiled egg/broccoli/olive/feta cheese/nuts butter dressing

アボカド +280
 avocado

秋のヴィーガンクリームスープ +330
 FALL cream soup of the day

北海道産かぼちゃとナッツバタードレッシングの相性が抜群!
 クリーミーな秋サラダが登場。