

く  
る  
み  
キ  
ッチン  
プ  
ラ  
ス+

# からだづくり ランチセット

店内のランチタイム 11:00~14:00(14:00でサラダバーは終了いたします)

くお願い>狭い店内のため、混雑時には、90分でお席をあけていただく可能性があることをご了承くださいませ。

## ☆お得なドリンクセット☆ メニューより50円割引

★スムージーセット **お食事前がオススメ**

メニュー裏面をご覧ください。

★ホット珈琲 or ホット紅茶セット

## メイン料理

A~Eから

お選びください

(主食)

単品¥1,330 ベーグルは+100円

①もち麦入胚芽米ごはん⇒150g・180gから選べます。

または

②大きなベーグル⇒プレーン・全粒粉・フルベリー

A:マッスルパワー(鹿肉ハンバーグ・大豆ミートからあげのぶっかけレモン)

貧血が気になる方・高たんぱく質・低脂質 アスリートや女性の体調アップに効果的!

B:コンディショニング(大豆ミートの南蛮風からあげ自家製サラダチキン)

胃腸がお疲れ気味の方へ! 一番人気のメインです。大豆パワーでしなやかな筋肉づくりに!

C:コンディショニング(“小川さばチキン”あつら焼・大豆ミートからあげレモン)

筋肉がお疲れ気味の方へ! 高たんぱく、DHA,EPA、カルシウム、ビタミンミネラル豊富!

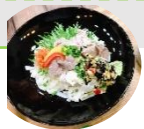
D:大豆と野菜のドライカレー(動物性食材ゼロで 根強い人気!)

グルテンフリー小麦粉なし! お子様でも食べられる甘口。カレースパイスはお好みで!



E:リカバリーヌードル(豚しゃぶとネギのさっぱり冷きしめん)

豚肉に豊富なビタミンB1とネギのアリシんで疲労回復!



今日のサラダバー

☆ご自由にお取りください

※ 第2駐車場もあります。スタッフへお声かけください。

# スムージー & ドリンク

フレッシュな果物や野菜をふんだんに使用し、  
オーダーいただいてから一杯ずつ作ります



## + 今日のスーパーフードひとさじサービスです

**A: グリーンスムージー** (りんご・バナナ・ほうれん草・レモン) ￥ 540

★お得な定番★ 驚きのさっぱり感♡パワーチャージ! ♪果物まるごと170g摂れます

**B: いちご豆乳スムージー** (紅ほっぺ・豆乳・バナナ・りんご) ￥ 650

★人気ナンバーワン★静岡久能の石垣栽培のいちごだけを、使用しています。  
美肌、疲労回復、栄養素の吸収も高めるビタミンCも豊富 ♪果物まるごと180gまるごと摂れます

**C: プルーンスムージー** (プルーン大3粒・りんご・バナナ・レモン) ￥ 650

★鉄分&アントシアニン★貧血、お通じ、疲労回復に! 女性、妊婦さんに! 飲みやすいです^^  
♪果物まるごと210g摂れます

**D: 桑葉スムージー** (無農薬桑葉茶(伊豆松崎産)りんご・バナナ・レモン) ￥ 650

★血糖値、中性脂肪、血圧改善効果で話題「桑葉茶」★飲みやすいです。  
♪果物まるごと170g摂れます

**E: カシス豆乳スムージー** (カシス・豆乳・バナナ・りんご) ￥ 650

★お疲れ気味、目の下のクマ★が、気になる方におすすめです。  
♪果物まるごと200g摂れます

**F: ホット珈琲** ￥ 450



小紅茶



**モーニングセット** ￥ 390

※ モーニングタイム 9:30~11:00

**ハーフ ベーグルサンド** (ハーフプレーンベーグル・おからサラダ・サラダチキン)

+ **スムージーorコーヒーセット** お値段から100円オフ

くるみキッチンプラス  
〒426-0037 静岡県藤枝市青木1-21-12 フジエダオガワホテル内  
定休日 火曜・第一日曜 電話FAX 054-646-4397

※ 第2駐車場あります。スタッフへお声がけください。