



Sandwiches



旬の野菜を使ったみずみずしいサンドイッチ。
すりながしやスムージーとも相性抜群です。

軽やかな疲労回復に！
チキンサンドイッチ

単品 ¥800

香り高いバジルバターで仕上げました。
ブラックオリーブの塩気と、サニーレタスの食感が爽やか。

ビタミンや食物繊維補給に！
ベジサンドイッチ

単品 ¥1,000

彩り豊かなキャベツのマリネとニンジンのラペに、
みずみずしい季節の野菜とトマトを重ねました。

美味しいスタミナ補給に！
ローストビーフサンドイッチ

単品 ¥1,200

旨みあふれるローストビーフに醤油とわさびのソースを添え、
和の風味をほんのり効かせました。

Plates & Sets

サンドイッチをメインとしたお得なセットメニュー。しっかり食べたい時におすすめです。



サンドイッチとすりながしのセット

すりながしプレート

¥1,500~



- ・ チキンサンドイッチ ¥1,500
- ・ ベジサンドイッチ ¥1,700
- ・ ローストビーフサンドイッチ ¥1,900

すりながしは +¥200 で
レギュラーサイズに変更可能

サンドイッチとスムージーのセット

スムージープレート

¥1,700~



- ・ チキンサンドイッチ ¥1,700
- ・ ベジサンドイッチ ¥1,900
- ・ ローストビーフサンドイッチ ¥2,100

スムージーは +¥100 で
季節限定商品に変更可能
(ワインスムージー除く)

サンドイッチとドリンクのセット

ドリンクプレート

¥1,200~

- ・ チキンサンドイッチ ¥1,200
- ・ ベジサンドイッチ ¥1,400
- ・ ローストビーフサンドイッチ ¥1,600

・ ブレンドコーヒー (HOT/ICED)
・ 耶馬溪岩茶 (烏龍茶) (HOT/ICED)
・ カフェラテ (HOT/ICED) +¥100

すりながし(S)とパンのミニセット

リカバリープレート

¥1,000~

すりながしは +¥200 で
レギュラーサイズに変更可能

Custom Menu for Plates

ドリンク

- ・ enoakブレンドコーヒー (HOT/ICED) + ¥400
- ・ 耶馬溪岩茶 (烏龍茶) (HOT/ICED) + ¥400
- ・ カフェラテ (HOT/ICED) + ¥500

すりながし

- ・ すりながし S + ¥600
- ・ すりながし R + ¥800

アルコール

- ・ グラス ナチュラルワイン + ¥700
- ・ クラフトビール COEDO (瑞璃/白/伽羅) + ¥700
- ・ クラフトビール KAGUA (各種) + ¥1,300

スムージー

- ・ レギュラースムージー + ¥800
- ・ 季節のスムージー + ¥900

スイーツ

- ・ スムージーティラミス + ¥600
- ・ 季節のスイーツ + ¥600

フード

- ・ 季節のミニサラダ + ¥300
- ・ 全粒粉パン + ¥300
- ・ 玄米麺 + ¥300

Smoothies

ALL ¥1,000



野菜や果物に、植物由来の乳酸菌と、花やハーブの芳香蒸留水を加え、素材の味を美味しく引き立たせた「香るスムージー」です。

バナナクレスセントスムージー | P G N

バナナとデーツの濃厚でとろける甘みを、シナモンウォーターがすっきりと引き締めます。

【使用食材】 バナナ、デーツ、豆乳、シナモンウォーター、黒みつ乳酸菌 他
期待できる効果 美肌・ホルモンバランス調整・血流改善

グリーンジンジャースムージー | P G N

小松菜と春菊でビタミンやミネラルを補給。ジンジャーがデトックスを促進し、シナモンの香りが自律神経を整えます。

【使用食材】 小松菜、春菊、ジンジャー乳酸菌、りんご、豆乳、シナモンウォーター 他
期待できる効果 便秘解消・血流改善・代謝促進

イチジクフローラルスムージー | P G N (スムージーボウル可)

イチジクと甘酒の優しい甘みとローズの香りが、日頃の疲れを心地よく癒します。エネルギーチャージにもぴったり。

【使用食材】 リンゴ、イチジクの赤ワインコンポート、イチジク赤ワインシロップ、甘酒、豆乳、いちご乳酸菌(いちご、甜菜糖、乳酸菌粉末)、ローズウォーター 他
期待できる効果 抗酸化作用・美肌

カカオナッツスムージー | P G (スムージーボウル可)

カカオの風味にピーナッツバターのコクがよいアクセントに。シナモンの香りとの相乗効果で脳の疲れがリセットされます。

【使用食材】 カカオパウダー、アボガド、アーモンドミルク、ピーナッツバター、アガベシロップ、黒みつ乳酸菌(黒糖、乳酸菌粉末)シナモンウォーター、きなこ、ほうじ茶パウダー 他
期待できる効果 脳活・免疫力UP



Wine Smoothies

ALL ¥1,800

当店オリジナルのワインベースのスムージーです。

※20歳以上の方のみご注文いただけます。

赤ワインベース ベリールーージュスムージー | P G N

3種のベリーとローズが香る。ポリフェノールもたっぷりです。

【使用食材】 ラズベリー、ブルーベリー、バナナ、赤ワイン、いちご乳酸菌(いちご、甜菜糖、乳酸菌粉末)、ローズウォーター、ブレンドハーブウォーター(シナモン、クローブ、ローズマリー) 含
期待できる効果 抗酸化作用・美肌

白ワインベース フルーティーブランスムージー | P G N

香り高い柑橘と白ワインの風味が口の中に華やかに広がります。

【使用食材】 季節の柑橘、りんご、白ワイン、いちご乳酸菌(いちご、甜菜糖、乳酸菌粉末)、ショウガ乳酸菌(ショウガ、甜菜糖、乳酸菌粉末)ブレンドハーブウォーター(シナモン、クローブ、ローズマリー) 他
期待できる効果 デトックス・脂肪燃焼

Smoothie Sweets



スムージーボウル



¥1,800

香ばしい自家製グラノーラと香り高いスムージーに、季節のフルーツやエディブルフラワーを添えて。



スムージーティラミス

¥800

カカオナッツスムージーとマスカルポーネクリームの素敵なマリアージュ。隠し味のスパイスも効いたオリジナルティラミスです。

Set Drink for Sweets

- ・ enoakブレンドコーヒー (HOT/ICED) + ¥500
- ・ 有機みなみさやか 紅茶 (HOT/ICED) + ¥500
- ・ 耶馬溪岩茶(烏龍茶) (HOT/ICED) + ¥500
- ・ ひなたざか農園の100%りんごジュース + ¥500
- ・ カフェラテ (HOT/ICED) + ¥600
- ・ ハーブティー (HOT) + ¥700

テイクアウト商品には、消費税8%に加え、容器・包材代として2%を別途頂戴しております。そのため、合計で10%の税込価格となります。あらかじめご了承ください。



- P** プラントベース / Plant based
植物由来の食材を中心に使用したメニューです。動物性食品(肉・魚・乳製品・卵など)は使っていません。
- G** グルテンフリー / Gluten-free
小麦などに含まれる「グルテン」を使わずに作ったメニューです。グルテンに敏感な方にも安心してお召し上がりいただけます。
※小麦を使用した調理器具、同じキッチンを使用しております。ご不安な方はご注文をお控えください。
- N** ナッツフリー / Nuts-free
アーモンドやくるみなどのナッツ類を使用していないメニューです。ナッツアレルギーをお持ちの方にも配慮しています。
※ナッツを使用した調理器具、同じキッチンを使用しております。ご不安な方はご注文をお控えください。

Seasonal Recommendations

季節のおすすめ

Surinagashi 和のポタージュ すりながし

Regular ¥1,100 Small ¥900



ブロッコリー | G N

瑞々しいブロッコリーを合わせ出汁で。桜えびと枝豆の食感、陳皮の香りを重ねました。

【使用食材】ブロッコリー、昆布、鰹節、白味噌、桜えび、枝豆、陳皮、バルサミコ酢 他

期待できる効果 デトックス、免疫力UP、代謝促進



たまねぎ |

甘みの強い淡路島産玉ねぎを、鶏のボンブロスでやさしく仕立てました。

【使用食材】タマネギ、ボンブロススープ、鶏ひき肉、ラスク、クルミ、粉チーズ、ディル 他

期待できる効果 腸内環境改善、抗酸化、体力回復



パプリカ | P G

パプリカの甘みと昆布だしの旨みに、ひよこ豆とピーナッツバターが広がる一杯。

【使用食材】パプリカ、昆布、白味噌、ひよこ豆、ピーナッツバター、オリーブオイル、ローズマリー 他

期待できる効果 抗酸化、疲労回復、冷え性改善

Seasonal Smoothies 季節のスムージー

Regular ¥1,100



メルティングストロベリースムージー | G N

いちごとバナナ、ヨーグルトのスムージーに、ローズがほんのり香ります。

【使用食材】いちご、バナナ、プレーンヨーグルト、豆乳、黒蜜シロップ、ローズウォーター 他

期待できる効果 抗酸化、腸内環境改善、ホルモンバランス調整



ゴールドシトラススムージー | G N

爽やかな夏みかんとリンゴに、デーツの甘みとシナモンの香りを重ねました。

【使用食材】夏みかん、りんご、ココナッツウォーター、デーツペースト、ターメリック、ライチのハチミツ、ブラッドオレンジ乳酸菌シロップ、シナモンウォーター 他

期待できる効果 疲労回復、抗酸化、デトックス

Sweets 季節のスイーツ



ベリーベリーパンナコッタ

¥900

3種のベリーとストロベリースムージーをベースに仕立てたパンナコッタ。爽やかな喉ごしでリフレッシュにも。



Sandwiches



Freshly made with seasonal vegetables.
They pair perfectly with smoothies and Surinagashi.

For a swift recovery from fatigue!
Chicken Sandwich

¥800

Finished with aromatic basil butter. The saltiness of black olives and the crisp texture of sunflower lettuce provide a refreshing taste.

For vitamin and fiber replenishment!
Veggie Sandwich

¥1,000

Layered with juicy seasonal vegetables and tomatoes atop colorful marinated cabbage and carrots râpées (shredded carrots).

Enduring energy in every bite!
Roast Beef Sandwich

¥1,200

Savory roast beef served with a soy sauce and wasabi sauce, adding a hint of traditional Japanese flavors.

Plates & Sets

A great-value sandwich-based set, ideal for a satisfying meal.



Sandwich & Surinagashi set

Surinagashi Plate

¥1,500~



- Chicken Sandwich ¥1,500
- Veggie Sandwich ¥1,700
- Roast Beef Sandwich ¥1,900

You can upgrade to a regular size for an additional

Sandwich & Drink Set

Drink Plate

¥1,200~

- Chicken Sandwich ¥1,200
- Veggie Sandwich ¥1,400
- Roast Beef Sandwich ¥1,600

- Blend Coffee (HOT/ICED) + ¥400
- Yabakei Rock Tea (Oolong Tea) (HOT/ICED) + ¥400
- Cafe Latte (HOT/ICED) + ¥500

Custom Menu for Plates

Soft Drinks

- Blend Coffee (HOT/ICED) + ¥400
- Yabakei Rock Tea (Oolong Tea) (HOT/ICED) + ¥400
- Caffe Latte (HOT/ICED) + ¥500

Surinagashi

- Surinagashi (S) + ¥600
- Surinagashi (R) + ¥800

Alcoholic Drinks

- Natural Wine (by the Glass) + ¥700
- Craft Beer COEDO (Ruri / Shiro / Kyara) + ¥700
- Craft Beer KAGUA + ¥1,300

Smoothies

- Regular Smoothie + ¥800
- Seasonal Smoothie + ¥900

Sandwich & Smoothie set

Smoothie Plate

¥1,700~



- Chicken Sandwich ¥1,700
- Veggie Sandwich ¥1,900
- Roast Beef Sandwich ¥2,100

You can upgrade your smoothie to a seasonal smoothie for an additional ¥100.

Mini Set: Surinagashi (S) & Bread

Recovery Plate

¥1,000~

You can upgrade to a regular size for an additional ¥200.

Desserts

- Smoothie Tiramisu + ¥600
- Seasonal Dessert + ¥600

Foods

- Seasonal Mini Salad + ¥300
- Whole Wheat Bread + ¥300
- Brown Rice Noodles + ¥300

Smoothies

ALL ¥1,000



Our “Fragrant Smoothies” blend fruits and vegetables with plant-derived lactic acid bacteria and aromatic distilled water from flowers and herbs, beautifully enhancing the natural flavors of the ingredients.

Banana Crescent Smoothie | P G N

A creamy and indulgent smoothie, it combines the rich sweetness of bananas and dates with the refreshing aroma of cinnamon. This nourishing blend is perfect for a gentle energy boost.

[Ingredients] bananas, dates, soy milk, cinnamon water, and lactic acid bacteria derived from kuromitsu (Japanese black sugar syrup).

Health Benefits Skin health / Hormone balance adjustment / Blood flow improvement

Green Ginger Smoothie | P G N

Replenish your vitamins and minerals with komatsuna and garland chrysanthemum greens. Ginger promotes detoxification, and the scent of cinnamon helps regulate the autonomic nervous system.

[Ingredients] Komatsuna greens, garland chrysanthemum greens, ginger, lactic acid bacteria, apples, soy milk, cinnamon water, and more.

Health Benefits Relieves constipation / Circulation / Metabolism

Fig Floral Smoothie | P G N Smoothie Bowls Option

A soothing smoothie with the gentle sweetness of figs and amazake enhanced by the delicate aroma of rose, is perfect for recharging your energy and relaxing after a busy day.

[Ingredients] Apples, red wine fig compote, red wine fig syrup, amazake, soy milk, strawberry lactic acid bacteria (strawberries, beet sugar, lactic acid bacteria powder), and rose water

Health Benefits Antioxidant effect / Skin health

Cacao Nut Smoothie | P G Smoothie Bowls Option

A rich and indulgent smoothie where the deep flavor of cacao is complemented by the creamy richness of peanut butter, enhanced by the warm aroma of cinnamon. This nourishing blend helps refresh your mind and reset mental fatigue.

[Ingredients] Cacao powder, avocado, almond milk, peanut butter, agave syrup, black molasses lactic acid bacteria derived from kuromitsu (Japanese black sugar syrup), cinnamon water, roasted soybean flour (kinako), and roasted green tea powder.

Health Benefits Immunity / Memory / concentration



Wine Smoothies

ALL ¥1,800

Our sophisticated original wine-based smoothies.

Available only to customers aged 20 and over.

Red Wine Base

Berry Rouge Smoothie | P G N

Sophisticated wine smoothie, infused with the enticing aromas of three types of berries and fragrant rose. Rich in polyphenols, it is a delightful treat for adults.

[Ingredients] Raspberries, blueberries, bananas, red wine, strawberry lactic acid bacteria (strawberries, beet sugar, lactic acid bacteria powder), rose water, and a blend of herb water (cinnamon, clove, rosemary)

Health Benefits Antioxidant effect / Skin health

White Wine Base

Fruity Blanc Smoothie | P G N

A refreshing white wine smoothie infused with the vibrant aromas of seasonal citrus fruits. It offers a lively and elegant flavor that spreads beautifully with every sip.

[Ingredients] Seasonal citrus fruits, apples, white wine, strawberry lactic acid bacteria (strawberries, beet sugar, lactic acid bacteria powder), ginger lactic acid bacteria (ginger, beet sugar, lactic acid bacteria powder), and a blend of herb water (cinnamon, clove, rosemary).

Health Benefits Detox / Fat burning

Smoothie Sweets



Smoothie Bowl

¥1,800

A nourishing smoothie bowl featuring fragrant home-made granola and an aromatic smoothie, garnished with seasonal fruits and edible flowers.



Smoothie Tiramisu

¥800

An indulgent dessert-inspired smoothie that harmonizes the rich flavors of the Cacao Nut Smoothie with creamy mascarpone. A subtle hint of warming spice elevates this original tiramisu, creating a delightful balance of sweet and bittersweet notes.

Together with Drinks

- Blend Coffee (HOT/ICED) + ¥500
- Organic Minami-Sayaka Black Tea (HOT/ICED) + ¥500
- Yabakei Rock Tea (Oolong Tea) (HOT/ICED) + ¥500
- Apple Juice -Hinatazaka Farm + ¥500
- Caffe Latte (HOT/ICED) + ¥600
- Herbal Blend Tea (HOT) + ¥700

For take-out items, in addition to the 8% consumption tax, an additional 2% is charged for containers and packaging. Therefore, the total price includes tax at 10%. Thank you for your understanding.



P Plant based

This menu primarily features plant - derived ingredients. No animal products - including meat, fish, dairy, or eggs - are used.

G Gluten-free

This menu is made without gluten, which is found in wheat and similar grains.

※Please note that the same cooking utensils and kitchen facilities are used for items that contain wheat. If you have any concerns, please refrain from ordering these items.

N Nuts-free

Menu items that do not contain nuts, such as almonds or walnuts.

※Please note that the same cooking utensils and kitchen facilities are used for items that contain nuts. If you have any concerns, please refrain from ordering these items.

Seasonal Recommendations

Surinagashi Japan's traditional puréed soup

Regular ¥1,100 Small ¥900



Broccoli | G N

Puréeed fresh Broccoli Soup with Japanese style dashi -kombu kelp, bonito flakes, and white miso.

[Ingredients] Broccoli, kombu kelp, bonito flakes, white miso, sakura shrimp, edamame, dried citrus peel, balsamic vinegar, and more.

Health Benefits Detoxification / Immunity Support / Metabolism Boost

Onion |

Sweet onions from Awaji island with chicken bone broth.

[Ingredients] Onion, bone broth, ground chicken, rusks, walnuts, grated cheese, dill, and more.

Health Benefits Gut Health / Antioxidants / Energy Recovery

Paprika | P G

Red Bell Pepper Soup with Japanese style dashi -kombu kelp and white miso.

[Ingredients] Paprika, kombu kelp, white miso, chickpeas, peanut butter, olive oil, rosemary, and more.

Health Benefits Antioxidants / Fatigue Recovery / Improved Circulation

Seasonal Smoothies

Regular ¥1,100



Melting Strawberry Smoothie | G N

A creamy blend of strawberry, banana, and yogurt with a delicate hint of rose.

[Ingredients] Strawberries, banana, yogurt, soy milk, kuromitsu syrup, rose water, and more.

Health Benefits Antioxidants / Intestinal Health / Hormonal Balance



Golden Citrus Smoothie | G N

Fresh summer orange & apple layered with dates - naturally sweet, gently spiced with cinnamon.

[Ingredients] Summer orange, apple, coconut water, date paste, turmeric, Lychee honey, lactic acid bacteria syrup, cinnamon water, and more.

Health Benefits Fatigue Recovery / Antioxidants / Detoxification

Seasonal Dessert



Very Berry Panna Cotta

¥900

Crushed panna cotta meets a Melting Strawberry Smoothie and granola, crowned with three kinds of berries, offering a refreshingly smooth texture.