

# ◀坂東誠シェフ仕込み▶

## “絶品”かなながら御膳

食の宝庫三陸の野菜・肉・鮮魚・ワイン等の厳選素材を生産者様より直接取り寄せている新宿の穴場レストラン「三陸ワイン食堂ケラッセ東京」シェフ。

店舗プロデュースを全国で手掛ける。

人生のミッションに東北の食材生産者と組んでの新しいビジネス創造を展開。

経営者へ向けたセミナーや地方自治体と組んでの料理教室や新店舗オープンなど、“食”での地域活性化を進める。

「ぐるなび」で“料理でファンを増やし繁盛店を作る”テーマで外部講師も務める。

坂東 誠シェフ



女川産銀鮭

女川で水揚げされる銀鮭は脂がしっかりとって臭みもないのが特徴。

## かなながら御膳【極】

3,590円(税込3,949円)

※天ぶらの内容は仕入れ状況によって変わる場合がございます。

女川産  
銀鮭

天ぶら  
えび  
舞茸  
長芋



岩手山長芋  
庄司敬介さんの長芋



庄司さんの  
長芋サラダ

庄司さんの  
長芋とろろそば

茶碗蒸し

ハーフ  
うな丼

日高見牛  
ステーキ

うなぎ



日高見牛ステーキ

成鰻後1年以内の若い鰻のみを使用し、遠火の強火で余分な脂を落としながら白焼き。  
その後時間をかけて高温蒸気でじっくり蒸すので、臭みがなくふんわり。  
3種類のたれで計4度の付け焼きをし、味・食感・見た目ともに最上に仕上げています。

宮城県登米市の体に優しい、旨味と美味しさに優れた上質な黒毛和牛。  
生活習慣病予防に役立つお肉として注目！  
不飽和脂肪酸の値が高いことからさらりとし口飽きしない、しかも黒毛和種独特なジューシーさもあります。





坂東 誠シェフ

岩手四元豚

ありすぽーく

「ありすぽーく」は岩手県気仙郡の小さな町で育てられた四元豚です。肉質は程よい柔らかさと締まりが特徴で、植物性の飼料を与えているため肉に臭みがなく、脂に甘みがあります。飼育方法は安心安全の「減投薬飼育」を行なっています。



三陸ワイン食堂ケラッセ東京  
△ 坂東誠シェフ監修 △

“絶品”ありすぽーくの生姜焼き

24時間低温調理



24時間かけて低温調理することで  
じっくりと肉に火が入りやわらかジューシーな  
厚切り生姜焼きになっています。



ハーフそば

ありすぽーくの厚切り生姜焼きそば御膳

1,790 円 (税込1,969円)

ありすぽーくの厚切り生姜焼き御膳 1,490 円 (税込1,639円)



蕎麦を囲って楽しい 家族団らんの



# 板そば



つけだれ三種（そばつゆ・胡麻だれ・とろろ）

\* 1人前付

2人目分から+100円(税込110円)

そば好きのために♪

天ぷら  
●えび  
●かぼちゃ  
●いんげん  
●なす  
●舞茸

八割そばと茶そばの相盛、  
揚げたて天ぷらが粋！

いき そ ば ぜん  
粋な蕎麦膳

1,520 円(税込1,672円)

八割そば一人前、茶そば一人前、天ぷら五点盛

※天ぷらの内容は仕入れ状況によって変わる場合がございます。

きょうだいでシェア♪

つけだれ三種（そばつゆ・胡麻だれ・とろろ）

\* 2人前付

3人目分から+100円(税込110円)

1~3名様向け

楽しみ方自由！

蕎麦を囲って  
楽しい家族団らん♪



うどんに  
変更  
できます！



小さいお子様もシェア♪

そ ば たの

蕎麦の愉しみ

1,920 円(税込2,112円)

八割そば二人前、茶そば一人前

※各種麺の大盛りは1玉分までとさせていただきます。





人気商品

年間4000食販売

天ぷら  
えび  
かぼち  
いんげん  
なす  
舞茸

# 天ざる御膳

(にぎり三貫付き)

1,320円(税込1,452円)

※ 天ぷら、寿司の内容は仕入れ状況によって変わる場合もございます。

※ 実際の食器と異なります。



## 八割そば



風味  
豊か

厳選した良質のそば粉を八割使用し、緑味がかかった色合い、そば独特の歯切れの良い食感と自然な香り・甘味が特徴の本格的な日本そばです。

## 揚げたて天ぷら



揚げたて  
サクサク

当店の天ぷらはご注文が入ってから揚げています。いつでも揚げたて、熱々サクサクの食感をお楽しみください。



茶碗蒸し

天ぷら  
・えび  
・かぼちゃ  
・いんげん

女性  
人気

ハーフ  
うどん

ハーフ  
ねぎとろ丼

# 小町懐石

いろいろ味わえる女性に人気のミニ懐石

1,220 円 (税込1,342円)

※天ぷらの内容は仕入れ状況によって変わる場合がございます。

ドリンクセット

240 円 (税込264円)

お食事と一緒にいかがですか

- コーヒー (ホット・アイス)
- オレンジジュース (ミニッツメイド)
- コカ・コーラ

- メロンソーダ
- スプライト
- ウーロン茶





海老4本の  
贅沢天ぷら



**海老天重** 味噌汁付き 1,490円(税込1,639円)

**海老天重そばセット** ハーフそば・味噌汁付き 1,790円  
(税込1,969円)



※天ぷらの内容は仕入れ状況によって変わる場合がございます。



**天重** 味噌汁付き 1,190円(税込1,309円)

**天重そばセット** ハーフそば・味噌汁付き 1,490円(税込1,639円)

天ぷら  
●えび  
●かぼちゃ  
●いんげん  
●なす  
●舞茸



**かつ重** 味噌汁付き 1,290円(税込1,419円)

**かつ重そばセット** ハーフそば・味噌汁付き 1,590円(税込1,749円)





うなぎ半尾使用



## うな重

味噌汁付き 2,390 円(税込2,629円)

## うな重そばセット

ハーフそば 味噌汁付き 2,690 円(税込2,959円)

成鰻後1年以内の若い鰻のみを使用し、遠火の強火で余分な脂を落としながら白焼き。その後、時間をかけて高温蒸気でじっくり蒸すので、臭みがなくふんわり。3種類のたれで計4度の付け焼きをして、味・食感・見た目ともに最上に仕上げています。



うなぎ1.5尾使用



しの  
**忍びうな重** 4,190 円  
味噌汁・おだし付き (税込4,609円)



テイクアウト

## 持ち帰りうな重

少々お時間をいただきます

2,180 円(税込2,354円)

## 日高見牛ステーキとうな重

味噌汁・おだし付き

3,890 円(税込4,279円)

贅沢なうなぎ半尾と  
日高見牛ステーキ  
100gの重箱

だし茶漬けで♪



急須は南部鉄器使用



4℃で30日間寝かせた  
『熟成牛』

低温調理

# 熟成牛 リブ ステーキ

和風玉ねぎソースとの相性抜群！

カットリブステーキ御膳 120g 1,690円(税込1,859円)  
ご飯・漬け物・味噌汁付き 180g 1,990円(税込2,189円)

カットリブステーキそば御膳  
ハーフそば付き 120g 1,990円(税込2,189円)  
180g 2,290円(税込2,519円)

※ 写真は180gの「カットリブステーキとそば御膳」です。

リブステーキ重 1,690円(税込1,859円)

リブステーキ重  
そばセット 1,990円(税込2,189円)  
ハーフそば付き





## 豚丼

味噌汁付き

**1,190円**(税込1,309円)

## 豚丼そばセット

ハーフそば  
味噌汁付き

**1,490円**(税込1,639円)



ハーフそば



## ねぎとろ丼

味噌汁付き

**1,190円**(税込1,309円)

## ねぎとろ丼そばセット

ハーフそば  
味噌汁付き

**1,490円**(税込1,639円)



### ドリンクセット

240円(税込264円)

お食事と一緒にいかがですか

- コーヒー(ホット・アイス)
- オレンジジュース(ミニッツメイド)
- コカ・コーラ

- メロンソーダ
- スプライト
- ウーロン茶



# かんながら 謹製オリジナル海かつ

## 海かつとは？

「海かつ」知っていますか？ 伊ヨリのすり身に魚貝だしと海老、イカ、あさり、貝柱を混ぜ込んだかんながらオリジナルの人気のカツなんです。



農家直送  
長芋とろろ

長芋サラダ

手仕込み  
タルタルソース

味噌汁

茶碗蒸

海かつ

日替わり小鉢 3種盛り

ご飯 (宮城県産  
ひとめぼれ)

## 海かつの にぎわい 籠懐石

海かつ、日替わり小鉢3種盛り、長芋サラダ、農家直送長芋とろろ、手仕込みタルタルソース、茶碗蒸し、ご飯、味噌汁

1,590円(税込1,749円)

自家製タルタルソースで食べる



単品 海かつ

590円(税込649円)



岩手滝沢市長芋農家 庄司敬介さんの長芋



単品 農家直送 長芋とろろ

お出汁付き

290円(税込319円)



◆ごはん大盛り  
◆おかわりご飯

+50円(税込55円)  
140円(税込154円)

◆おかわり味噌汁

50円(税込55円)





揚げたて

東北  
旨肉

厳選素材



カテキンが含まれる茶葉を飼料として適量与えることで不飽和脂肪酸が増え、豚肉に香りや甘味が生まれます。脂肪にビタミンEが豊富に含まれているのも特徴です。



栗駒高原カテキン豚の  
とんかつ御膳

1,590 円(税込1,749円)



栗駒高原カテキン豚の味噌とんかつ御膳

1,590 円(税込1,749円)

- ◆ごはん大盛り
- ◆おかわりご飯

+50 円(税込55円)  
140 円(税込154円)

- ◆おかわり味噌汁

50 円(税込55円)



## ひれかつ御膳

1,320円(税込1,452円)

## ひれかつそば御膳

ハーフそば付き 1,620円(税込1,782円)

追加できます

あげたて  
ヒレカツ1枚

300円  
(税込330円)

ハーフそば



## 海老ひれかつ御膳

1,520円(税込1,672円)

## 海老ひれかつ そば御膳

ハーフそば付き 1,820円(税込2,002円)

海老フライ2本と  
ひれかつの人気御膳



- ◆ごはん大盛り
- ◆おかわりご飯

+50円(税込55円)  
140円(税込154円)

- ◆おかわり味噌汁
- ◆おかわりきゃべつ

50円(税込55円)  
50円(税込55円)



付け合わせのキャベツ  
にはサウザンアイランド  
ドレッシングがかかっ  
ています

揚げたて  
こだわりの  
**手仕込み**  
唐揚げ

## 手仕込み唐揚げ御膳

手仕込み唐揚げ5個 1,190円(税込1,309円)

## 手仕込み唐揚げそば御膳

ハーフそば付き 1,490円(税込1,639円)



**単品**

## 手仕込み唐揚げ

890円(税込979円)

国産玄米の黒酢使用



## 手仕込み唐揚げの 黒酢あんかけ御膳

1,390円  
(税込1,529円)

## 手仕込み唐揚げの黒酢あんかけ そば御膳

ハーフそば付き

1,690円  
(税込1,859円)

※野菜は仕入れにより写真と異なる場合がございます。



## 手仕込み唐揚げ南蛮御膳

手仕込み唐揚げ5個に自家製タルタルソース

1,290円(税込1,419円)

## 手仕込み唐揚げ南蛮そば御膳

ハーフそば付き

1,590円(税込1,749円)

お食事と一緒にいかがですか

### ドリンクセット

240円(税込264円)

- コーヒー(ホット・アイス)
- オレンジジュース(ミニッツメイド)
- コカ・コーラ

- メロンソーダ
- スプライト
- ウーロン茶

- ◆ ごはん大盛り
- ◆ おかわりご飯

+50円(税込55円)  
140円(税込154円)

- ◆ おかわり味噌汁
- ◆ おかわりキャベツ

50円(税込55円)  
50円(税込55円)



# パリパリ麺に とろとろ具沢山あん

人気メニュー



## 四うどん

海老、豚肉の入った中華風あんかけ

1,190 円 (税込1,309円)

酸味と辛味の絶妙な味わい



## サンラータン 酸辣湯うどん

酸味と辛味とコクのある具沢山卵とじあんかけ

1,120 円 (税込1,232円)

お食事と一緒にいかがですか

ドリンクセット

240 円 (税込264円)

- コーヒー (ホット・アイス)
- オレンジジュース (ミニッツメイド)
- コカ・コーラ

- メロンソーダ
- スプライト
- ウーロン茶





のど越し良い  
手延べ勝りうどん使用

えびてん  
**温 海老天うどん・そば**  
1,120円(税込1,232円)

えびてん  
**冷 海老天うどん・そば**  
1,090円(税込1,199円)



天ぷら  
・えび



岩手滝沢市長芋農家 庄司敬介さんの **長芋**

田マル庄 岩手山長芋



**温 山菜とろろうどん・そば**  
1,120円(税込1,232円)

**冷 山菜とろろうどん・そば**  
1,090円(税込1,199円)

麺大盛り

0.5玉

160円  
(税込176円)

1玉

300円  
(税込330円)



**温**

温うどん

※ にぎり三貫は仕入状況によって変わります。

茶碗蒸し

にぎり三貫

**すしセット 1,090円(税込1,199円)**

こだわりの  
**八割そば**



**冷 ざるそば 690円(税込759円)**

**温 温そば 790円(税込869円)**

**冷 温 ハーフざるそば・温そば 540円(税込594円)**

のど越し良い  
**手延べ勝りうどん**



**冷 ざるうどん 690円(税込759円)**

**温 温うどん 790円(税込869円)**

**冷 温 ハーフざるうどん・温うどん 540円(税込594円)**

**ハーフ丼各種**

麺とご一緒にどうぞ



**ハーフねぎとろ丼 690円(税込759円)**



**ハーフ味噌かつ丼 590円(税込649円)**



**ハーフひれ玉丼 590円(税込649円)**



**ハーフ天丼 590円(税込649円)**

天ぷら  
・えび  
・かき  
・いか  
・舞茸  
・げんや

※天ぷらの内容は仕入れ状況によって変わる場合もございます。



**味噌汁**

100円(税込110円)



# 単品メニュー



ひれかつ

1枚 ¥300 (税込330円)  
4枚 ¥1,090 (税込1,199円)



味噌ひれかつ

1枚 ¥300 (税込330円)  
4枚 ¥1,090 (税込1,199円)



天ぷら盛合せ

¥790 (税込869円)

※天ぷらの内容は仕入れ状況によって変わる場合がございます。



倍盛り  
天ぷら盛合せ

¥1,290 (税込1,419円)



手羽元

黒胡椒焼き

1個 ¥270 (税込297円)  
3個 ¥690 (税込759円)  
5個 ¥1,090 (税込1,199円)



手仕込み唐揚げ

5個 ¥890 (税込979円)



カマンベール  
チーズフライ

6個 ¥590 (税込649円)



海老フライ

1本 ¥450 (税込495円)



海かつ

1個 ¥590 (税込649円)



フライドポテト

¥390 (税込429円)



茶碗蒸し

¥190 (税込209円)



ご飯セット

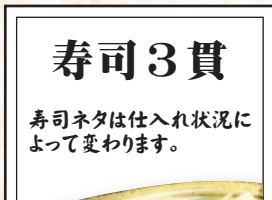
・ご飯  
・漬物  
・味噌汁 ¥390 (税込429円)



農家直送  
(お出汁付)

長芋とろろ

¥290 (税込319円)



寿司3貫

寿司ネタは仕入れ状況によって変わります。

¥390 (税込429円)



ご飯とろろ  
セット

(ご飯セット・とろろ)

¥490 (税込539円)

## ～こだわり農家の産直サラダ～

岩手県滝沢 農家直送

無農薬で育てられた庄司さんこだわりの長芋です。みずみずしい食感をぜひお楽しみください。



長芋サラダ  
大きめ



長芋サラダ  
レギュラー

庄司さんの  
長芋サラダ 大きめ

2～4人前 ¥790 (税込869円)

庄司さんの  
長芋サラダ レギュラー

1～2人前 ¥520 (税込572円)



グリーンサラダ  
大きめ

グリーンサラダ  
レギュラー

いどり揚げ野菜のせ

グリーンサラダ 大きめ

2～4人前 ¥690 (税込759円)

グリーンサラダ レギュラー

1～2人前 ¥420 (税込462円)



ミニサラダ 1人前

¥220 (税込242円)

ドレッシング

\*お好きな味をお選びください。

サウザン  
ドレッシング

かんきつ  
柑橘  
ドレッシング

トマト生姜  
ドレッシング



# ドリンクメニュー

## BEER

グラスビール

320円  
(税込352円)



## 瓶ビール

今なお語り継がれる日本最古のビール

サッポロラガービール・中瓶  
～通称：赤星～

550円  
(税込605円)



ノンアルコールビール

プレミアムアルコールフリー

380円  
(税込418円)



完璧な生ビールを。

サッポロ黒ラベル樽生  
・中ジョッキ

530円  
(税込583円)

## HIGHBALL



ハイボールの起源地

デュワーズハイボール 420円  
(税込462円)

## WHISKY

・ロック

420円  
(税込462円)

・水割り

420円  
(税込462円)

## 日本酒

生貯蔵らしいフレッシュで味わい豊かな旨口酒です

さわ いずみ  
澤の泉 < 生貯蔵 >

冷 燗  
300ml

780円  
(税込858円)



すっきりとした味わい、滑らかな喉越しの淡麗辛口です

いちのくら  
一ノ蔵 < 本醸造酒辛口 >

冷 燗  
300ml

780円  
(税込858円)



## レモンサワー



< レモンサワーの王道 >

レモンサワー

420円  
(税込462円)



## SOFTDRINK

各380円  
(税込418円)

ホットコーヒー

コカ・コーラ

アイスコーヒー

スプライト

ウーロン茶

メロンソーダ

オレンジジュース

クリームソーダ

コーヒーフロート



各490円  
(税込539円)





クリームあんみつ  
620円(税込682円)



抹茶あんみつ  
620円(税込682円)



# Jumbo Cream Soda

ジャンボクリーム  
ソーダ  
各**790円**  
(税込869円)



コーラ



メロン



いちご



ブルーハワイ



バイオレット



コーヒー  
フロート  
490円(税込539円)



クリームソーダ  
490円(税込539円)

どちらかお選びください  
●メロン  
●コーラ



ミニソフト  
190円  
(税込209円)

お食事やパフェ・甘味をご注文のお客様限定 お得なドリンク

## ドリンクセット

各**240円**(税込264円)



- ホットコーヒー
- アイスコーヒー
- ウーロン茶
- オレンジジュース(ミニッツメイド)
- コカ・コーラ
- スプライト
- メロンソーダ





チョコレート  
パフェ  
820 円(税込 902 円)



フルーツ  
パフェ  
820 円(税込 902 円)

# Parfait



チョコバナナ  
パフェ  
820 円(税込 902 円)



抹茶パフェ  
820 円(税込 902 円)



ジャンボパフェ  
1,480 円(税込 1,628 円)



ミニフルーツ  
パフェ  
520 円(税込 572 円)



至高のラスクパフェ  
各 590 円(税込 649 円)



至高のラスクパフェ  
チョコレート



至高のラスクパフェ  
抹茶



至高のラスクパフェ  
ストロベリー



考えた人すごいわの 魂仕込 生地で作った  
高級食パン 至高のラスクを使用



# スーパージャンボパフェ

*Super jumbo parfait*

完全予約制

詳しくはスタッフまで！



お誕生日

のお祝いなどに  
いかがですか？

※ソースをお選びください。  
●チョコ ●ストロベリー ●抹茶

3~4人前

のビッグサイズ♪

みんなでシェア？  
1人で挑戦？

スーパージャンボ  
パフェ

2,980円  
(税込3,278円)

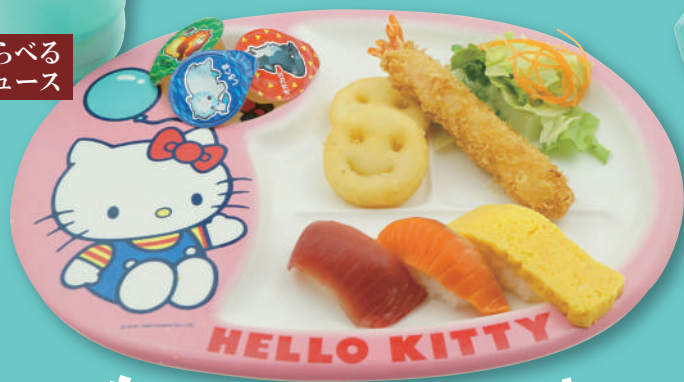


KIDS MENU

えらべる  
ジュース

えらべる  
ジュース

えらべる  
ジュース



## お子様すしセット♪

まぐろ / サーモン / たまご / ポテトフライ  
エビフライ / サラダ /ゼリー

**560えん**(税込616円)



## お子様カレーセット♪

あまくち  
甘口カレーライス / サラダ / エビフライ  
ポテトフライ / ゼリー

**600えん**(税込660円)



## お子様うどん♪

こだわりのうどん / ゼリー

**390えん**(税込429円)



## キッズアイス

チョコ / バニラ

**100えん**  
(税込110円)



## キッズドリンク単品

- オレンジジュース (ミニッツメイド)
- コカ・コーラ
- メロンソーダ
- スプライト

**各80えん**  
(税込88円)



キッズメニューを注文するど  
おもちゃつきのガチャコインが  
もらえるよ！



## キッズクラブ

会員募集中!

年会費入会費無料  
0才～12才までの  
お子様ならどなたでも  
入会OK!

## キッズクラブの特典

次回からカードのご提示で毎回お食事のお子様にミニソフトクリームプレゼント!  
お誕生日月に、パフェをプレゼント! その他イベントのご案内

※うどんとそばは同じ釜で茹でています。