

# ◀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

# かなながら御膳【極】

3,590 円 (税込3,949円)



女川産銀鮭

女川で水揚げされる銀鮭は脂がしっかりとのって臭みもないのが特徴。

女川産銀鮭

天から野菜天2種



岩手山長芋 庄司敬介さんの長芋



庄司さんの長芋とろろそば

茶碗蒸し

庄司さんの長芋サラダ

ハーブうな丼

日高見牛ステーキ

とろなぎ



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ため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 있습니다。

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

肉厚低温調理



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。



厚切り肉を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

1,890円(税込2,079円)

ありすぽーくの厚切り生姜焼き御膳 1,590円(税込1,749円)

茶そば変更 +100円(税込110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)

そば好きのために♪

八割そばと茶そばの相盛、  
揚げたて天ぷらが粋!



- 天ぷら
- えび
- おぼろ
- かぼちゃ
- なす
- 蓮根

いきなそば  
**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♪

1~3名様向け

蕎麦を囲って  
楽しい家族団らん♪



つけだれ三種 (そばつゆ・胡麻だれ・とろろ)  
 ※そばつゆのみ人数分お持ちします。  
 胡麻だれ、とろろはお一つとなります。

愉しみ方自由!



うどんに  
変更  
できます!



小さいお子様もシェア♪

そばのたのしみ  
**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



北海道産

石臼挽きそば



当店のこだわり

天ぷらはご注文を受けてから揚げるので熱々サクサクです。



人気商品

天ざる御膳

1,380円 (税込1,518円)

(にぎり三貫付き)

※寿司ネタは仕入状況で替わる場合があります。

女性  
人気

※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。

とろろ

天ぷら  
3点盛り  
●えび  
●かぼちゃ  
●おくら

ハーフ  
温うどん

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

1,280円(税込1,408円)

# 小町懐石

茶碗蒸し付き

1,380円(税込1,518円)

うどん **温** **冷** または そば **温** **冷** に  
茶碗蒸し・小鉢とお好きなハーフ井のセット!!

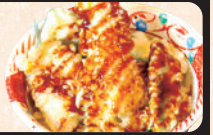


# ハーフ井麺セット

1,480円(税込1,628円)

選べるハーフ井 **5**種類

ハーフ天丼



ハーフひれ玉丼



ハーフ味噌かつ丼



+100円  
(税込110円)

ハーフねぎとろ丼



+200円  
(税込220円)

ハーフステーキ丼



※天ぶ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。

- 天ぶら
- えび2
- かぼちや
- おくら
- なす
- 蓮根



# 天重

味噌汁付き

1,220円(税込1,342円)

# 天重そばセット

-halfそば  
味噌汁付き

1,520円(税込1,672円)



halfそば



# かつ重

味噌汁付き

1,320円(税込1,452円)

# かつ重そばセット

halfそば  
味噌汁付き

1,620円(税込1,782円)



halfそば

茶そば変更

+ 100円(税込110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、味・食感・見た目ともに最上仕上げとなります。



## うなぎ重

味噌汁付き 2,390円(税込2,629円)

## うなぎ重そばセット

ハーフそば 味噌汁付き 2,690円(税込2,959円)



ご飯の中にうなぎを忍ばせました



## しの 忍びうなぎ重

味噌汁付き

4,190円(税込4,609円)

茶そば変更 +100円(税込110円)

国産玄米の黒酢使用

揚げたて  
こだわりの  
**手仕込み**  
唐揚げ

唐揚げ黒酢あんかけと  
八割そばで健康志向と  
満足感♪

ハーフそば

# 手仕込み唐揚げの黒酢あんかけそば御膳 1,580円(税込1,738円)

※野菜は仕入れにより写真と異なる場合がございます。



単品

## 手仕込み唐揚げ

920円(税込1,012円)



## 手仕込み唐揚げ御膳

1,280円(税込1,408円)



手仕込み味噌入り  
**タルタルソース**

## 手仕込み唐揚げ南蛮御膳

1,380円(税込1,518円)

- ◆ごはん大盛り +50円(税込55円)
- ◆おかわりご飯 140円(税込154円)

- ◆おかわり味噌汁 50円(税込55円)
- ◆おかわりきゃべつ 50円(税込55円)

茶そば変更 +100円(税込110円)



**厳選** 岩手滝沢市長芋農家  
庄司さんの**長芋とろろ**  
ご飯にかけても**そばつゆ**に  
入れても美味しい!



# ひれかつとろろそば御膳

ハーフそば付き

1,420円(税込1,562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)



濃厚なコクと風味が特徴の  
八丁味噌をベースにした甘回たれ

## 味噌ひれかつ御膳

1,320円(税込1,452円)

## 味噌ひれかつそば御膳

1,620円(税込1,782円)

ハーフそば付き



こだわり仕込み  
味噌入りタルタルソース

## 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

1,820円(税込2,002円)

ハーフそば付き

- ◆ごはん大盛り +50円(税込55円)
- ◆おかわりご飯 140円(税込154円)

- ◆おかわり味噌汁 50円(税込55円)
- ◆おかわりきゃべつ 50円(税込55円)

茶そば変更 +100円(税込110円)



天ぷら  
おえび

岩手滝沢市長芋農家 庄司敬介さんの **長芋**

庄マル庄 岩手山長芋



**温** 海老天うどん・そば  
1,120円(税込1,232円)

---

**冷** 海老天うどん・そば  
1,120円(税込1,232円)

**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  
1,120円(税込1,232円)

- 麺大盛(0.5玉) 160円(税込176円)
- 麺大盛(1玉) 300円(税込330円)

## ハーフ丼 各種



天ぷら  
おえび  
蓮根  
すくら

※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。

**ハーフ牛ステーキ丼**  
890円(税込979円)

**ハーフ天丼**  
590円(税込649円)



**ハーフひれ玉丼**  
590円(税込649円)

**ハーフ味噌かつ丼**  
590円(税込649円)

**ハーフねぎとろ丼**  
690円(税込759円)

## 麺单品

- 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)
- 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)
- 茶そば**
- 冷** ざる茶そば 790円(税込869円)
  - 温** 温茶そば 890円(税込979円)
- ハーフ麺**
- ハーフざるそば・温そば 590円(税込649円)
  - ハーフざるうどん・温うどん 590円(税込649円)
  - ハーフざる茶そば・温茶そば 690円(税込759円)

# ～にだわり農家の産直サラダ～

岩手県滝沢 農家直送



長芋サラダ  
大きめ



トマト生姜  
ドレッシング



岩手・庄司さんの  
無農薬栽培長芋



ミニサラダ

1人前

220円(税込242円)

トマト生姜  
ドレッシング

庄司さんの長芋サラダ 大きめ

2～4人前 790円(税込869円)

庄司さんの長芋サラダ レギュラー

1～2人前 520円(税込572円)

サラダに使用しています！

盛岡の浅沼醤油店とコラボ

トマトと生姜の濃厚ドレッシング

◎店頭にて好評発売中

米油使用のたっぷり野菜の入った万能  
ソース！盛岡老舗伝統の浅沼醤油店と  
コラボして、素材と製法にこだわりました！

1本200ml 600円(税込)

2本まとめ買いで

200円お得♪

特別価格 1,000円(税込)

小麦  
使用



揚  
野菜



グリーンサラダ  
大きめ

グリーンサラダ 大きめ

2～4人前 690円(税込759円)

グリーンサラダ レギュラー

1～2人前 420円(税込462円)



熟成カナダ牛  
リブロース

ステーキ単品 8枚  
1,490円(税込1,639円)

ステーキ単品 4枚  
790円(税込869円)



たこの唐揚げ  
690円(税込759円)



天ぷら  
かぼち  
2  
ちや  
おぼび  
かぼち  
ちや  
おぼび  
ちや  
おぼび  
ちや

天ぷら盛り  
790円(税込869円)

※天ぷらの内容は仕入れ状況に  
よって変わる場合もございます。

- 茶碗蒸し 190円(税込209円)
- 枝豆 200円(税込220円)
- ご飯 290円(税込319円)
- 味噌汁 100円(税込110円)
- 長芋とろろ 290円(税込319円)
- タルタルソース 190円(税込209円)



手羽元黒胡椒焼き

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



揚げたてこだわりの  
手仕込み唐揚げ

手仕込み唐揚げ 5個  
920円(税込1,012円)

# ドリンクメニュー

## BEER



### 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)

焼酎ハイボール 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

平成の名水百選認定 大越清水仕込 (純米酒)

あさ開 <岩手の地酒・あさ開酒造>

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)



## 焼酎

ロック・水割り・お湯割り  
からお選びください

華やかな香りすっきりした味わい

【麦焼酎】和ら麦 420円  
<大分県> (税込462円)



さつまいもの甘み、後口からり

【芋焼酎】からり芋 420円  
<鹿児島県> (税込462円)



## SOFTDRINK



ホットコーヒー  
アイスコーヒー  
コカコーラ  
カルピス  
カルピスソーダ

スプライト  
メロンソーダ  
ウーロン茶  
オレンジジュース

単品 380円  
(税込418円)

セット 240円  
(税込264円)

# 甘味



クリーム  
ぜんざい 620円  
(税込682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)

こだわりの手仕込み

大和寒天



時代を超えて愛される  
定番クリームソーダ♪

クリームソーダ  
490円(税込539円)



口当たりなめらか  
出来立てフレッシュ♪

ミニソフト  
190円(税込209円)



お食事・パフェ・甘味ご注文のお客様限定  
ドリンクセット 各240円(税込264円)

- コーヒー (ホット)
- コーヒー (アイス)
- ウーロン茶
- コーラ
- カルピス
- カルピスソーダ
- スプライト
- メロンソーダ
- 100%オレンジジュース

# Parfait



プチ抹茶パフェ  
520円 (税込572円)



プチベリーパフェ  
520円 (税込572円)



プチチョコバナナパフェ  
520円 (税込572円)



ジャンボパフェ  
1,480円 (税込1,628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



考えた人すこいわの  
高級食パン

魂仕込

生地で作った

至高のラスクを使用



高級

ラスクパフェ

至高の

# 至高のラスクパフェ

各590円(税込649円)

コーヒーゼリー  
Coffee jelly



キャラメル  
Caramel



ブルーベリー  
Blueberry



抹茶  
Matcha



チョコレート  
Chocolate



ストロベリー  
Strawberry

店頭、レジにて  
至高のラスク  
販売中

# Super jumbo parfait



ソースを  
お選び下さい

- チョコ
- ストロベリー
- ブルーベリー
- 抹茶

高さ  
30 cm  
以上

重さ  
3kg  
以上

スーパー  
ジャンボパフェ  
2,980円(税込3,278円)

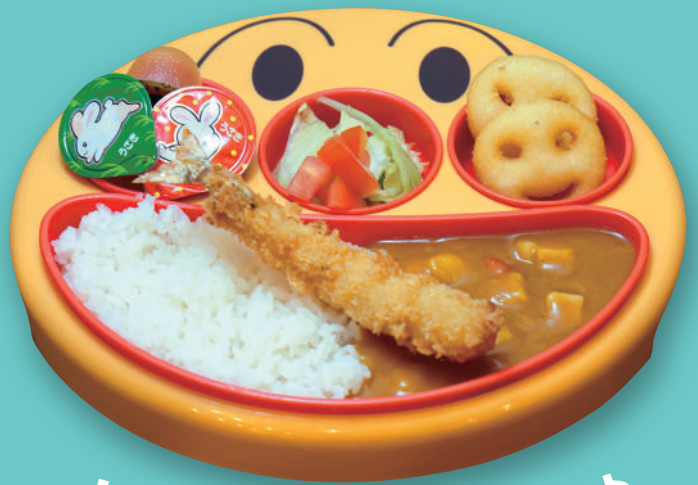
KIDS MENU



## お子様すしセット♪

すし (まぐろ・サーモン・たまご)  
エビフライ / ポテト / やさい / ゼリー

590えん (税込649円)



## お子様カレーセット♪

おまぐち  
甘口カレーライス / サラダ /  
ポテトフライ / エビフライ / ゼリー

640えん (税込704円)



## お子様うどん♪

かんさいふう  
こだわり関西風しょうゆだしうどん

440えん (税込484円)

※うどんとそばは同じ蓋で茹でていきます。

お子様メニューのご注文で  
「オレンジジュース」と  
「ガチャコイン」が  
つきます♪♪



**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①からカードのご提示で毎①お食事のお子様ミニソフトクリームプレゼント!  
お誕生日に、パフェをプレゼント! その他イベントのご案内