

ランチコース

## *Lunch course*

調味料までオーガニックにこだわったコース料理  
内容は季節によって変わります

## ar Lunch コース

オーガニックオリジナル料理をご堪能ください

季節のオーガニック野菜のサラダ

季節のオーガニック野菜のスープ

パン

シーフード料理

肉料理 〈ホーク〉

プラス¥600で〈ビーフ〉に変更も可能です

¥4,400

\*setドリンクは+¥300で下記からお選びいただけます  
珈琲 / 紅茶 / カモミールティー / レモングラスティー

\*setデザートは+¥300でご注文いただけます。

※コースのご注文はグループ全員でのご注文をお願い致します。  
数量限定の為、ご注文をお受けできない場合がございます。  
スタッフまでお問い合わせください。

アラカルト メニュー

## *à la carte menu*

調味料までオーガニックにこだわった一品料理  
身体が喜ぶ優しいお料理を森を眺めながらご堪能ください

\*単品料理はお時間をいただきますので、シェアをおすすめしております

## 《 オーガニック野菜 》

各地から届くこの季節でしか味わえない  
新鮮なオーガニックのお野菜を使用しています

季節のオーガニック野菜のスープ

¥600

有機じゃがいもグリル

¥1,500

オーガニック季節の野菜を使った本日のarのサラダ

¥1,800

ピリ辛 ゴマドレッシングのビーフサラダ

¥2,000

## 《 ビーフ 》

成長ホルモンや化学物質を一切使用せず穀物による  
肥育をされたオーストラリアのSTOCKYARDナチュラルビーフです  
柔らかく臭みのないナチュラルビーフをご堪能ください

オーガニック T ボーンステーキset

パン・スープ・ヒレandロース400g

¥6,600

オーガニックビーフのステーキ

¥2,600

パプリカソースonビーフカツ & オーガニック野菜

パルメザンチーズのダンス

¥2,300

---

Setサラダ ¥550

## 《 ポーク 》

抗生剤やホルモン剤を一切使用せず妊娠中の  
母豚の放牧にこだわり発酵飼料で肥育された阿蘇自然豚です

- ◆有機野菜と阿蘇自然豚のポークの  
バルサミコ酢ソース炒め

- ◆季節のオーガニック野菜と阿蘇自然豚の  
ポークカツレツ  
¥2,000

阿蘇自然豚の厚切りロースカツ  
¥2,200

## 《 チキン 》

抗生物質や抗菌剤を使わず、遺伝子組替なしの  
植物性たんぱく質を飼料とし開放型鶏舎で育ちました  
臭みのない「徳島産の神山鶏」をご堪能ください

- ◆神山鶏と季節の有機野菜のグリル  
～ガーリックソース添え～

- ◆神山鶏と季節の有機野菜のトマトソース煮  
¥2,000

## 《 シーフード 》

豊洲市場直送のメカジキやサーモンを  
仕入れました 安心してお召し上がりください

- ◆シーフードフライ
- ◆豊洲発サーモンのグリル on  
オーガニック温野菜のシャワー
- ◆シーフードとキノコのアヒージョ ～パン付き～
- ◆ゴロっとメカジキ&オーガニックトマトの  
オリジナルソース和え ～パン付き～

---

¥2,000

Setサラダ ¥550

## パン ライスの料理

お米は無農薬の有機米を使用し、オーガニックのパンには  
バターを使用せずオリーブオイルを使っています

玄米酵素のおにぎり（2個） ￥550  
栄養満点のもっちもちの玄米酵素です

白米おにぎり（2個） ￥550  
熊本県菊池で栽培された無農薬のお米です

ライス ￥450

b o k e t t o o k a y u

シンプル ￥550

オリーブオイル ￥550

チーズonゴルゴンゾーラ ￥770

a r の黒パン ￥200

a r のリュスティック

プレーン ￥220

オリーブ ￥250

ゴルゴンゾーラ ￥300

*Dessert*



# デザート

Non-GMO(非遺伝子組換え)の卵  
甘味料にオーガニックシュガーを使用しました  
しっかりした素材のおいしさとすっきりした後味の  
デザートに仕上がっております

オリジナルバニラアイスクリーム  
¥700

季節の野菜・果物アイス  
¥700

季節のフルーツパフェ  
\*パフェはお時間をいただきます  
¥1,800

Cake set  
¥1,500

ケーキ + ドリンクのセットです  
※下記よりドリンクをお選びください

- ・オーガニック 珈琲
- ・オーガニック 紅茶
- ・オーガニック カモミールティー
- ・オーガニック レモングラスティー
- ・オーガニック オレンジジュース
- ・オーガニック アップルジュース

## afternoon tea

【数量限定】

arアフタヌーンティー

お一人様 ¥3,000

sweets

選べる本日のケーキ

+

ミニアイスクリーム

焼き菓子

etc…

drink

\*ドリンクは下記よりお選びください

珈琲・紅茶

カモミールティー・レモングラスティー

( Hot / Ice )

\* 14:00よりご利用いただけるメニューでございます

# *Drink*

無農薬・有機農法でつくられたBMO Wineです  
作り手の個性が光る限りなくブドウの持つ自然のエネルギーを  
ゆがめない自然度の高いWineとなっております  
果実味があふれ余韻の長さを楽しんでいただけるWineです  
お食事に合わせてお楽しみください  
Wineには最低限の酸化防止剤と防腐剤が含まれております

# Bottle wine list

無農薬・有機農法でつくられたBio Wineです  
作り手の個性が光る限りなくブドウの持つ自然のエネルギーを  
ゆがめない自然度の高いWineとなっております  
果実味があふれ余韻の長さを楽しんでいただけるWineです  
お食事に合わせてお楽しみください  
Wineには最低限の酸化防止剤と防腐剤がふくまれております

## White

カバ ブリュット レセルバ スパークリング  
マカベオ バレニャーダ チャレロ  
スペイン カルニャータ マス・オリベル  
瓶内熟成30か月  
しっかりとした骨格がありながら 熟成によって  
旨みが泡にまで溶け切っている  
ボトル ¥4,400

カバ チャンカレ ブリュット  
マス・オリベル  
瓶内熟成15か月  
スペイン/カルターニャ  
品種：マカベオ バレニャーダ チャレロ  
泡から立ち込めてくる熟した果実の香りと  
キレのある酸がフレッシュ  
ボトル ¥3,850

## Red

ピノ・ノワール・サン・スフル  
ドメーヌ・ゲシクト フランス アルザス  
口に含むと昆布出汁の旨味がジュワッと広がり  
グラン・クリュに匹敵する凝縮感は圧巻  
ボトル ¥7,810

### ジェズワルド 2013

濃厚なのにフルーティ。香りと味わいのギャップに驚くはず！  
磯のようなヨード香を感じたり森のような清涼感を感じたり、  
絶妙なバランスで保たれた一層上品な1本。

～Vin Nature～

## Glass wine

無農薬・有機農法で作られたBio Wineです  
作り手の個性が光る限りなくブドウの持つ自然のエネルギーを  
ゆがめない自然度の高いWineとなっております  
果実味があふれ余韻の長さを楽しんでいただけるWineです  
お食事に合わせてお楽しみください  
Wineには最低限の酸化防止剤と防腐剤がふくまれております

## sparkling

カバ チャンカレ ブリュット  
マス・オリベル  
スペイン/カルターニャ  
〈マカベオ バレニャーダ チャレロ〉  
うっとりするほど優しい飲み口  
泡から立ち込めてくる熟した果実の香りとキレのある酸がフレッシュ  
1,100

## White

ボンペシェ ブラン  
フランス/ラングドック  
〈ミュスカ・プティ・グラン、ソーヴィニヨン・ブラン〉  
ミュスカ（マスカット）由来の華やかで甘やかな香り  
口に含むとラ・フランスのネットリとしたニュアンスに  
フレッシュリンゴのような酸。後味は驚くほどリフレッシュ  
1,100

セイエル・ノウ・メス  
エスノウ ブラン  
ビオロジック製法  
スペイン/カタルーニャ  
〈カルトウシャ（チャレロ）、マカベオ〉  
ゴールドキウイやシャインマスカットなどの澆刺とした果実が溢れ出す  
1,100

ドメヌ ゲシクト  
リースリング  
ビオディナミ製法  
フランス/アルザス  
〈リースリング〉  
キュッと詰まったレモンコンフィの酸味に塩気を感じるほどのミネラル  
そこに、蜜がタツプリ詰まったりんごのニュアンス  
余韻にはジワジワと昆布出汁の旨みが！！  
1,500

～Vin Nature～

## Glass wine

### Red

#### ボンペシェ ルージュ

フランス/ラングドック

〈カリニャン、シラー、グルナッシュ〉

フレッシュな赤果実の香りにスパイスのアロマ  
タツプリと広がる果実味とリッチでバランスのとれた  
なめらかなタンニン

1,100

セイエル・ノウ・メス

#### エスノウ ネグレ

ビオロジック製法

スペイン/カタルーニャ

〈ガルナッチャ、カベルネ・ソーヴィニヨン、メルロ〉  
フレッシュなチェリーやカシスを頬張ったようなジューシーさ  
ほのかに感じるスパイスやハーブのニュアンスがgood!

1,100

ドメヌ ゲシクト

#### ピノ・ノワール サン・スフル

ビオダイナミ製法

フランス/アルザス

〈ピノ・ノワール（樹齢は30年～60年）  
ブラックチェリー、木苺、ブルーベリーの香り  
口当たりは熟したフルーツに心地よい酸味  
とても繊細なピノ・ノワールの仕上がり

1,500

## BEER OTHER

インディアンペールエール イールリバー  
IPA EEL River (米)  
¥900

ブロンドエール イールリバー  
Blonde Ale EEL River (米)  
¥900

フルーツたっぷりサングリア 赤/白  
¥1,500

## Non – alcoholic

ノンアルコールビール 0.00%  
¥800

ノンアルコール スパークリングワイン  
¥800

ノンアルコールフルーツたっぷり  
スパークリング サングリア  
¥1,200

## Juice

Century Bio オーガニック コーラ (イタリア)  
微炭酸・ノンカフェイン・植物性100%  
¥750

Century Bio イタリアンジンジャー  
程よい苦みが残る大人のイタリアンテイスト  
¥750

オーガニック ブラッドオレンジソーダ  
オーガニック ザクロソーダ  
¥650

ビタミンレモネード (仏)  
ボトル ¥1,800  
GLASS ¥650

シチリア島産オーガニックレモンとミャンマー産  
オーガニック砂糖を使用したレモネードです

オーガニック オレンジジュース  
オーガニック アップルジュース  
¥550

珈琲 紅茶 ハーブティ

オーガニック 珈琲  
オーガニック 紅茶  
オーガニック カモミールティー  
オーガニック レモングラスティー  
¥550



## 薬膳カレー

有機野菜や無添加の食材を用いて作られた  
身体が喜ぶスパイシーな薬膳カレーです

下記よりお選びください

【**神山鶏のチキンカツ**】

【**阿蘇自然豚の厚切りロースカツ**】

【**天使の海老フレア3尾**】

※玄米酵素・白米どちらかお選びください

～サラダ付～

税込¥2,500

Regarding tour/group acceptance  
< ツアー・団体様の受け入れについて >

\*10名様以上から団体様とさせていただきます  
\*サービス料としてご利用金額の10%~25%を頂戴いたします  
(サービス料はご利用人数、貸切の有無によって変動いたします)

Reference course type  
参考コースメニュー

**5,500**

(前菜 / スープ / パン / 魚 / 肉 / デザート / 珈琲or紅茶)

**8,800**

(前菜 / スープ / パン / 魚 / 肉 / デザート / 珈琲or紅茶)

**12,000**

(ノンアルコールスパークリング 1杯 / アミューズ / 前菜 / スープ / パン / 魚 / 肉 / デザート / 珈琲or紅茶 / プレゼント付)

.

.

.

.

参考コースメニューは一例です

ご予算やご希望に合わせて対応も可能ですので、お気軽にお問い合わせください

< ツアー・団体様のお問合せ >

096-285-3597