

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

サーロインステーキ 150 g

¥3,500

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 ￥550

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います

## 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

### ジェズワールド 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。

## 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

本日のグラスワイン (赤・白)  
¥1,100

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

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 / プチギフト付)

・  
・  
・  
・

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