



お腹快適・発酵食の美肌ランチ

(なくなり次第終了いたします)

焼き魚の
糀薬味かけ

酒かすのポテトコロケ
甘酒ケチャップかけ

生甘酒の
ごまどうふプリン

秋きのこの
塩糀和え物

チンゲン菜の
炒め物

塩糀の
くるま麩チャンプ

食前甘酒

醤油糀の味玉

十年ぬか床の
ぬか漬

5つ星お米マイスターの
選べる「こだわりごはん」

酵素と
乳酸菌が
生きてるみそ汁

★5つ星お米マイスターの選べる「こだわりごはん」

※品切れの場合は
ご容赦ください。

- ① **マイスターおススメのごはん** ② **黒豆ごはん** ③ **美肌の雑穀**
④ **美人小豆玄米 (+50円)** ⑤ **寝かせ小豆玄米 (+50円)**

※裏面にごはんの詳しい説明があります！

1,500円 (税込)

★ランチのプチスイーツセット

(※ランチ注文の方のセットになります)

・発酵食の美肌ランチ
・まりむすびランチ どちらもokです

米粉の甘酒ミニシフォンケーキ + ドリンクメニューからドリンク 1つ

500円 (税込)

★5つ星お米マイスターの選べる「こだわりごはん」

※品切れの場合はご容赦ください。

- ① **マイスターおススメのごはん**…5つ星お米マイスターの厳選のお米です。
② **黒豆ごはん**…焙煎した黒豆を自然塩と炊きこみました。黒豆の食感、味を
きれいな紫とお楽しみ下さい。
③ **美肌の雑穀**…美肌に効果のある雑穀(小豆・黒豆・赤米・黒米・ハトムギ・大麦)と
こだわりごはんを独自の炊飯でおいしく炊き上げました。

(玄米はプラス50円となります)

- ④ **美人小豆玄米**…美肌効果、腸内環境を整える、肥満予防、便秘解消などに効果のある
RS(レジスタントスターチ)がとても多い玄米を小豆と炊き上げました。
よく噛んで召し上り下さい。
⑤ **寝かせ小豆玄米 (酵素玄米)** …無農薬玄米と無農薬小豆を熟成させることで
栄養価がとて多くなる玄米です。
3日以上寝かせております。よく噛んでお召し上がりください。
(無農薬の丹波大納言小豆を使用)