



奈良「やまと薬膳」料理家

オオニシ恭子 先生監修

## 限定メニュー 季節のそうめん料理

### 奈良の三輪素麺使用

秋の限定そうめんメニューは里芋やレンコンなどの根菜をふんだんに使っています  
夏の疲れを癒し、免疫力を高めましょう

秋

#### PROFILE



奈良「やまと薬膳」料理家  
オオニシ 恭子先生

やまと薬膳 オオニシ恭子先生のお料理は  
ヴィーガン(完全菜食料理)です。

野草・野菜・キノコ・穀物、季節ごとの食物の生命力で  
ゆたかな味や世界を広げています。

自身の不調の経験をきっかけに食養法に出会う。桜沢リマ氏に師事。  
食は環境を摂取することであり、環境に適応して生きていくことが  
基本であることを認識。1981年渡欧。

以来31年、東洋的食養法を基本としながらも欧州に  
おける素材と環境を取り入れた食養法を研究。  
個々の生活と体質を見ながら、その環境に適応する  
食事法「ヨーロッパ薬膳」を指導。

現在は奈良、東京を中心に料理講習を行うほか、  
活発に講演会、食のアドバイス、女性の健康セミナー  
などを行い、「やまと薬膳」の普及に取り組んでいる。





## 秋の根菜の温かいそうめん 栗しぼりを添えて

里芋やきのこ、レンコンなどの野菜と高野豆腐  
温かいつけだれは椎茸のお出汁と  
胡麻で和えた小松菜の優しい味わいです。  
体を温め、バランスを整えるにゅうめんです。

.....1,280円

\*こちらのメニューには動物性食品・添加物・化学調味料は一切使用していません。

※天候不順等により食材の変更や一部食材が入荷しない場合がございますので、予めご了承ください。※表示価格は全て税抜表示となっております。



## 【季節の御膳】



旬の野菜せいろ蒸しと  
やまゆり豚塩麴焼き  
どんぶり御膳

..... 1,380円

旬の野菜せいろ蒸しと  
足柄牛すき焼き風  
どんぶり御膳

..... 1,480円



※旬野菜せいろ蒸しの写真は調理前です。

旬野菜盛り合わせ  
各どんぶり  
季節のおばんざい2種

お味噌汁  
香の物  
デザート

つけだれ お一つお選びください

- ・ 特製 ごま胡桃
- ・ 有機ゆずぽん酢

\*こちらの御膳にはビュッフェは含まれません。  
 \*ごはんは大盛りもできます。  
 \*ごはんは白米にもできます。

※天候不順等により食材の変更や一部食材が入荷しない場合がございますので、予めご了承ください。※表示価格は全て税抜表示となっております。





## 【お子様膳】



\* 未就学のお子様のみご注文いただけます。

### 三輪そうめん にゅうめん御膳

冷たいそうめん、温かいにゅうめん  
のどちらか一つお選びください

若鶏の甘辛焼き  
サラダ  
デザート  
ドリンクバー

.....500円

## 【お飲み物】

ドリンクバー .....250円

自社オリジナル商品の他、各種お飲物を取り揃えております。

## アルコールメニュー

地ビール(瓶・330ml) .....600円

〈日本酒〉

地酒(330ml) .....1,100円～

ノンアルコールビール アサヒ ドライゼロ .....350円





## 【 神奈川の恵み健康鍋メニュー 】

### 「健康鍋御膳」

足柄牛 モモ  
 やまゆりポーク モモ  
 野菜盛り合わせ

> 盛り合わせ  
 1プレート

かまど炊きごはん  
 季節のおばんざい 3種  
 お味噌汁 香の物 デザート

\* 出汁とつけだれは下記よりお選びいただけます。

.....1,680円

### 「オーダービュッフェ」

時間制/平日・土曜日 80分 日・祝祭日 70分

〈グループ全員が同一コースでの注文とさせていただきます〉

### 贅沢鍋オーダービュッフェ

1プレートのみ

足柄牛 モモ  
 やまゆりポーク モモ

> 盛り合わせ  
 1プレート

食べ放題

お鍋の野菜盛り合わせ サラダ 季節のおばんざい  
 かまど炊きごはん お味噌汁 香の物 デザート

.....1,980円

### 特撰鍋オーダービュッフェ

すべて  
食べ放題

足柄牛 モモ やまゆりポーク モモ お鍋の野菜盛り合わせ  
 サラダ 季節のおばんざい かまど炊きごはん  
 お味噌汁 香の物 デザート

.....2,580円

\*お肉の苦手な方は、小田原漁港直送 旬の魚にご変更いただけます。ごはんは大盛りもできます。

\*ごはんは白米にもできます。

選べる出汁 お一つお選びください

- ・ あっさり昆布出汁
- ・ 自家製和風出汁
- ・ 秦野産 甘酒と豆乳出汁

つけだれ お一つお選びください

- ・ 特製ごま胡桃
- ・ 有機ゆずぼん酢



食材はすべて国産や地場のものにこだわりました。  
国産銘牛の大和牛、神奈川県ブランドの厳選した肉、足柄牛をご用意しております。  
魚も小田原漁港からの直送で新鮮さを追及しました。  
そのこだわりをお楽しみください。



※季節のおばんざいは日によって内容が変更になります。

## 【お鍋の追加メニュー】

「小田原漁港直送 旬の魚」	1皿	320円
「野菜盛り合わせ」	1皿	400円
「神奈川県産 やまゆりポーク ロース」	1皿	400円
「神奈川県産 足柄牛 ロース」	1皿	700円
「大和牛 サーロイン」	1皿	2,000円

## 【お飲み物】

ドリンクバー ..... 250円

自社オリジナル商品の他、各種お飲物を取り揃えております。

※天候不順等により食材の変更や一部食材が入荷しない場合がございますので、予めご了承ください。※表示価格は全て税抜表示となっております。



## 【 アルコールメニュー 】



極上 箱根七湯ビール  
ピルスナー(瓶・330ml) 600円

世界で最も普及している爽快な風味の淡色ビールです。  
オーガニック(有機栽培)麦芽使用



極上 箱根七湯ビール  
レッドエール(瓶・330ml) 600円

繊細で華やかなアロマ、輝く琥珀色のビールです。  
有機農産物(麦芽)85%使用

## 日本酒

大井町

松田町を代表する

3つの蔵元

足柄の地酒。



井上酒造

●箱根山(純米生貯蔵酒・300ml) ..... 1,100円

酸味と旨味が調和した軽快でなめらかな味わいの純米生貯蔵酒。

石井醸造

●箱根街道(純米・300ml) ..... 1,200円

淡麗辛口。爽やかな酸味と柔らかい口当たり。

中沢酒造

●松みどり(純米吟醸・300ml) ..... 1,300円

穏やかな香りで、米の旨味が感じられる、やや辛口。

ノンアルコールビール アサヒ ドライゼロ ..... 350円





鎌倉時代からの銘牛

## 大和牛



奈良県  
プレミアムセレクト認証

大和牛は口溶けや風味がよく、動脈硬化や心臓病、高血圧などの予防に役立つと言われている、不飽和脂肪酸の一種『オレイン酸』の含有率が高く、良質な脂となめらかな肉質が特徴の銘牛です。

「オレイン酸」を豊富に含み、風味豊かで味わい深く  
あっさりとお召し上がりいただけるお肉です。

大和牛サーロイン ..... 1皿 100g 2,000円