



---

# Menu

## グルテンフリーとは

小麦をはじめとした穀物のたんぱく質の主成分であるグルテンを除去することにより、

- 腸内環境の改善、便秘などの解消
- 肌荒れやニキビトラブルの改善
- 倦怠感や疲労感の緩和
- 偏頭痛や月経前症候群の予防

の効果を得ることができます。  
この機会に普段の食事を見直してみませんか？

---

fruta&  
and

厳選された食材を使用し、美容と健康にやさしいグルテンフリーメニューをご提供

# ～有機野菜のそば粉ガレット～

蕎麦屋の高級そば粉100%『戸隠の舞』使用

¥1,728(税込¥1,900)

## 【ガレット ジャンボン クリュユ】

生ハムと季節のフルーツ

シーザードレッシングを添えて



## 【ガレット シャンピニオン】

3種類のきのこことベーコン

バター醤油のソテーをのせて



# ～こだわりのリゾット～

¥1,728(税込¥1,900)

**【濃厚チーズリゾット】**  
三種のきのこことベーコンを  
使用したチーズリゾット



**【明太子リゾット】**  
クリーミーな明太子のリゾット  
お好みでレモンを絞って



**【オマールソースリゾット】**  
オマールソースで炊いた  
栗と海老のリゾット



～チーズケーキ～

¥1,620(税込 ¥1,800)



キリのクリームチーズを使用した、さっぱり濃厚なチーズケーキとなっております。

旬のフルーツを添えております。

フルーツはスタッフにお尋ねください

# ～抹茶尽くしプレート～

¥1,620(税込¥1,800)



抹茶好きにおすすめ！  
抹茶をふんだんに使用した、抹茶テリーヌ、  
自家製の濃厚抹茶アイス、抹茶とプレーンの  
2種のカヌレがついた抹茶尽くしの  
デザートプレートです。  
お好みで柑橘のソースをかけて  
お召し上がりください。

アイスは溶けやすいのでお早めに  
お召し上がりください。

## ～季節のタルト～

洋ナシとさつまいものモンブランタルト

¥1,620(税込¥1,800)



石川県の五郎島金時と洋ナシを使用し、チョコのタルト生地やカシスソースとキャラメルチョコソースなどで食感も味もアクセントになる秋にぴったりなタルトです。

## ～ジェラート～

お料理・デザートご注文のお客様限定

シングル ¥400

ダブル ¥700



フレッシュフルーツ使用のfruta&  
オリジナルジェラート

※種類はスタッフまで

# Drink menu

## COFFEE

ブレンド

¥545(税込 ¥600)

カフェラテ

¥727(税込 ¥800)

抹茶ラテ

¥727(税込 ¥800)

ほうじ茶ラテ

¥727(税込 ¥800)

アイスコーヒーゼリーラテ

¥818(税込 ¥900)

## TEA

ティー

¥545(税込 ¥600)

フレーバーティー

(フレーバーはスタッフにお尋ねください)

¥636(税込 ¥700)

アイスジャスミンティー

¥545(税込 ¥600)

## JUICE

自家製いちごミルク

¥818(税込 ¥900)

自家製メロンミルク

¥818(税込 ¥900)

パーガンディーソーダ

(ザクロ×ジンジャーエール)

¥727(税込 ¥800)

ヴィオラソーダ

(mixベリー×トニックウォーター)

¥727(税込 ¥800)

レモンスカッシュ

¥818(税込 ¥900)

メロンソーダ

¥818(税込 ¥900)

オレンジジュース

¥636(税込 ¥700)

ペリエ

¥545(税込 ¥600)





## NON-ALCOHOL COCKTAIL

アマリリス (いちご×ソーダ)	¥1,000(税込 ¥1,100)
サンセベリア (キウイ×ソーダ)	¥1,000(税込 ¥1,100)
パンジー (オレンジ×ソーダ)	¥1,000(税込 ¥1,100)
ネモフィラ (ブルーキュラソー×ソーダ)	¥1,000(税込 ¥1,100)

## COCKTAIL

ガーネット (いちご×スパークリングワイン)	¥1,181(税込 ¥1,300)
ヴァイオレットフィズ (ヴァイオレットシロップ×ラム×ソーダ)	¥1,090(税込 ¥1,200)
ジントニック (ジン×トニック)	¥1,090(税込 ¥1,200)
アマレットジンジャー (アマレット×ジンジャーエール)	¥1,090(税込 ¥1,200)
チャイナブルー (ライチ×ブルーキュラソー×グレープフルーツ)	¥1,090(税込 ¥1,200)
マリブミルク (マリブ×ミルク)	¥1,090(税込 ¥1,200)

# WINE

## スパークリングワイン

フェリスタス ロゼゴールド

glass / bottle  
700 / 4,000

## WHITE

Santa Alicia Chardonnay

サンタアリシア シャルドネ レゼルバ

glass / bottle  
700 / 4,000

Tramin Gewurztraminer

トラミン ゲヴェルツトラミネール

glass / bottle  
1,000 / 6,500

Balan Sauvignon

balan ソーヴィニヨン

bottle  
8,000

Laurenz V Charming

ローレンツ チャーミング

bottle  
10,000

## RED

Terra Quarter pinot noir

テラクォーティア ピノノワール

glass / bottle  
700 / 4,000

French Touch merlot

フレンチタッチ メルロー

bottle  
5,000

Glos La Nivardiere Chinon Renaissance

クロ・ラ・ニヴェルディエール シノン ルネサンス

bottle  
10,000

# Anniversary dinner course

## Autumn Ver.

こちらは、完全ご予約制になっております。  
3日前までのご予約でご用意させていただいております。

アニバーサリーコースRENEWAL特別価格  
1人 通常¥6,800(税込) → ¥5,800(税込)

### ～選べる乾杯ドリンク～

フェリスタスロゼゴールド  
(スパークリングワイン)  
白ワイン、いちごミルク、  
メロンミルク、レモンスカッシュ、  
ヴィオラソーダ、バーガンディーソーダ



### ～前菜～

柿&アマレットの  
カナッペ 山椒風味

### ～サラダ～

リンゴ&ケール  
生ハムとローストナッツのサラダ  
ペイザンヌドレッシング



### ～リゾット～

オマールソースで炊いた  
栗&海老のリゾット

### ～メイン～

国産牛100%の粗挽きハンバーグ  
ごぼう&巨峰のラグーソース



### ～選べるデザート～

♡ケーキ、タルトetc...

### ～食後のドリンク～

コーヒー or 紅茶