

グルテンフリー米粉パスタ

地元・山梨県産米を100%使用した、無添加のグルテンフリー米粉パスタ。米粉ならではのもちりとした食感と、ソースが自然になじむ口当たりで、満足感がありますが、食後は軽やかに感じられる一皿に仕上がっています。

玄米麺のつけ麺

山梨県産 特別栽培米玄米を使用した玄米麺。
店内にて鰹、昆布だしから作った手作りのつゆを使用。
だし巻き卵、小鉢、漬けもの、ほうじ茶付き。

小麦粉を使わずにここまで美味しくできる ——

そう驚いてもらえるスイーツとパンを毎日手作りしています。

米粉パン

白屋のパンは、グルテンフリーであることに加え、
 毎日の体調管理に役立つことを大切に作っています。
 一般的な米粉パンは、小麦粉のパンと比べて糖質やカロリーが高くなりやすい
 という特性があります。
 そこで当店では、米粉の一部を低GIで食物繊維が豊富な
 オーガニックオートミールや国産ソルガム粉に置き換えています。
 この配合により、
 ・血糖値の急上昇をおだやかに
 ・糖質・カロリーを抑えた設計
 ・食物繊維やミネラルを含む栄養バランス
 を実現しています。
 また、水分を含んで膨らみやすいため、少量でも満腹感を得やすいのも特徴です。

百屋のパンを、無理のない「毎日の選択肢」としてぜひお役立てください。

スイーツ

小麦や白砂糖に頼らず、
素材そのもののやさしい甘みとコクを引き出すことで、
軽やかで、満足感のある味わいを目指しました。

素材について

- ・小麦粉 不使用
- ・白砂糖 不使用
- ・マーガリン・ショートニング 不使用
- ・人工的な添加物 不使用
- ・遺伝子組み換え食材 不使用

ドリンク

コーヒーはご注文いただいたから豆を店内で挽いて抽出しています。
厳選した珈琲豆の挽きたての香りとお楽しみください。
全てのコーヒーにカフェインコーヒーとカフェインレスコーヒーをご用意しています。

カフェインレスコーヒーについて

有機栽培のカフェインレスコーヒーです。
妊娠中、授乳中の女性をはじめ、
どなたにも安心してお飲みいただけます。
化学薬品を使用せず、99.9% カフェインをカット。
メキシコ産。

ミルクについて

全てにオーガニックオーツミルクを使用。

抹茶について

国産有機抹茶を使用。

桑茶について

地元山梨県甲斐市産使用。
ノンカフェインで食後の血糖値の急上昇を防ぐ強力な作用があると言われている
ミネラル豊富な健康茶葉です。

ご注意／小麦アレルギーの方

原材料のオーツ麦は、
グルテンを含みませんが
小麦と隣接する畑で栽培されています。

当店では、小麦を使用しておりませんが
グルテンフリーを目的としており
小麦アレルギーに対応しているものではありません。



MENU



メインコンセプト

食べることで、身体が整い、
味わうことで、心が満たされ、
目に映る美しさで、食がもっと楽しくなる。

人の身体は、食からできています。
私たちは、身体が喜ぶこと、美味しさ、そして美しさに妥協せず、
そのバランスを限界まで追求し選び抜いた食材で、
限りなく100%に近いグルテンフリー・無添加の食を届け、
本来の健やかさを取り戻す、きっかけでありたいと願っています。
百屋では様々な年齢層の方にグルテンフリーの食を身近に感じて
いただくこと、カレー・百屋御膳などのごはんものはもちろん
麺類、スイーツや新たにパンもメニューに加わりました。
毎日、口にするものだからこそ、
手作りだからこそ「健康第一」のパン作りを選びました。

テイクアウト（冷凍）の販売も是非ご利用ください。

お米は 山梨県梨北米こしひかり 使用

グルテンフリーカレー

小麦粉・ラード・バターを使わずに仕上げた、
グルテンフリーカレー。
フォンドヴォーと国産オニオンソテーをベースに、
素材の旨みを丁寧に重ねることで、コクがありながらも、
食後が重くならない味わいを目指しました。

満ちるのに、身体が軽い。
そんな体感を大切にしています。

百屋御膳

お客様の健康と栄養バランスを考えたメニューです。
化学調味料、添加物を使わず、手仕事でつくる一品一品。
体と向き合う時間となるよう、自然の力をそのままに
美味しく、優しく体に届けます。

他の料理と比べ、百屋御膳をお作りするのに、
より多くの時間と人員を要します。
そのため百屋御膳提供日は、他のメニューのご用意が難しく、
一部変更がございます。
スタッフよりご説明いたします。

おむすび

軽い一食としても選びやすいおむすび。

炊きたてのごはんの甘みを大切に、
 具材は、海のもの・山のものをバランスよく。
 シンプルだからこそ、素材の味わいと食後の心地よさが際立ちます。

 使用しているお米と塩について
お米はすべて 山梨県梨北米こしひかりを使用。
塩はフランス・ゲランド産の天日塩を使用し、
ごはんの甘みを引き立てています。

ベーコンと枝豆のチーズリゾット

無添加の国産ベーコンと、北海道産の枝豆を合わせ、
旨みとやさしさのバランスを大切にしました。
牧草飼育の牛から作られたグラスフェッドチーズのまろやかなコクが、
全体を包み込み、食べ進めるほどに満足感が広がります。
満足感がありながら、重たさを残さない。
百屋らしい体感を大切にしたりゾットです。

料理は一から一皿ずつお作りします。

同じテーブルのご注文でも時間差が生じ、お時間がかかります事をご理解ください。

またテイクアウトのご注文もオーダー順にお作りしているため、お待ちいただく場合もございます。

ご了承いただけると幸いです。

表示価格はすべて税込みです。

FOOD & SOUP

Curry



野菜カレー Vegetable Curry

地元で採れた旬の野菜が中心です。
日によって野菜が変わります。
詳しくはスタッフにお尋ねください。

約 370 kcal
(ライス除く) **1,480円**

アレルギー特定原材料等:
乳・牛肉・バナナ・鶏肉・りんご
※ はちみつ入り



チーズカレー Cheese Curry

スイス産グリエールチーズの濃厚な
旨味とイタリア産パルミジャーノ・
レッジャーノの芳醇でコクのある風味
をお楽しみいただけます。

約 494 kcal
(ライス除く) **1,560円**

アレルギー特定原材料等:
乳・牛肉・バナナ・鶏肉・りんご・アーモンド
※ はちみつ入り



無添加ベーコン 温たまカレー Additive-Free Bacon Curry with a Soft-Boiled Egg

保存料、発色剤、結着剤、合成着色
料不使用の国産無添加ベーコン使用。
しっかりした味わいの希少なベー
コンです。

約 593 kcal
(ライス除く) **1,600円**

アレルギー特定原材料等:
卵・乳・牛肉・豚肉・バナナ・鶏肉・りんご
※ はちみつ入り



ポークカレー Pork Curry

甲州富士桜ポーク使用。
品質と美味しさに定評がある
山梨県産のブランド豚肉です。

約 597 kcal
(ライス除く) **1,560円**

アレルギー特定原材料等:
乳・牛肉・豚肉・バナナ・鶏肉・りんご
※ はちみつ入り

辛さ、量、ライスの種類をお選びください

辛さ	普通	辛口
----	----	----

量（カレーライス両方）		
少なめ -50円	普通 通常料金	大盛り +200円

ライスの種類		
白米 通常料金 約 343 kcal	酵素玄米 +200円 約 348 kcal	ミックス (白米・酵素玄米) +100円 約 346 kcal

トッピング

野菜	530円
ポーク	610円
チーズ	610円
温たま	80円
無添加 ウインナー	250円
無添加 ベーコン	650円

Gozen



百屋御膳 Mamoya Gozen

ご提供日限定。
数量限定のメニューです。
(TELにて事前予約承年中)
本日のメニュー内容は卓上の
「百屋御膳 本日の御献立」を
ご覧ください。

1,810円

※写真は一例です

Rice Ball



おむすび単品のみテイクアウト OK

おむすびプレート Rice Ball Plate

おむすび2個に、だし巻卵、漬けも
の、おみそ汁を添えたセットです。

1,350円



- ①好きなおむすびを2つお選びください。
- ②ごはんは白米、酵素玄米からお選びください。

おむすび単品 各 380円
(単品テイクアウト OK)

・スーパーライスボール

海の幸と山の幸を組み合わせた、
一日の栄養バランスを意識し
たおにぎりです。
素朴ながらも満足感があり、
食後は軽やか。

白米/約 166kcal
酵素玄米/約 171kcal
アレルギー特定原材料等:
えび・ごま・大豆

・じゃこねざ

香ばしいじゃこ、ねぎの風味
がごはんにやさしくなじむ、
すっきりとした味わいのおにぎ
りです。

白米/約 166kcal
酵素玄米/約 167kcal
アレルギー特定原材料等:ごま
(しらすはえび・かに・いか等が混ざる
漁法で採取しています。)

・クリームチーズおかか

コクのある具材を、ごはんと海
苔で包み込んだ、やさしくまと
まりのある味わい。満足感あり
ながら、重たさを残しません。

白米/約 168kcal
酵素玄米/約 170kcal
アレルギー特定原材料等:乳・大豆

Risotto



ベーコンと枝豆の チーズリゾット Bacon & Edamame Cheese Risotto

やさしいコクと、
素材の旨みを重ねたチーズリゾット。
グラスフェッドチーズ使用。

約 649kcal **1,600円**

アレルギー特定原材料等:
卵・乳・豚肉・大豆・鶏肉

Soup



7種の野菜スープ Soup With 7 Kinds Of Vegetables

約 28kcal **600円**



パンプキンスープ Pumpkin Soup

約 103kcal **600円**

アレルギー特定原材料等:乳・鶏肉



とうもろこしのポタージュ Corn Potage

約 64kcal **600円**

アレルギー特定原材料等:大豆

Rice Bread



米粉パン 2 種のワンプレート Two Types Of Rice Bread Plate Lunch

食パンとまるパンの2種が入ったランチ向け
プレートです。

- ①食パンはプレーン、
くるみからお選びください。
- ②スープをメニューよりお選びください。

プレーン
約 604kcal **1,870円**

アレルギー特定原材料等:
卵・大豆・りんご・アーモンド
(ドレッシング・スープのアレルゲンを除く)

くるみ
約 651 kcal **1,890円**

アレルギー特定原材料等:
卵・くるみ・大豆・りんご・アーモンド
(ドレッシング・スープのアレルゲンを除く)



米粉で作った ホットドックのワンプレート Rice Flour Hot Dog Plate Lunch

保存料、発色剤、結着剤、合成着色料を
使わずに作られた希少な国産無添加ウイ
ンナーを使用しています。

スープをメニューよりお選びください。

約 558kcal **2,150円**

アレルギー特定原材料等:
卵・乳・豚肉・大豆・りんご
(ドレッシング・スープのアレルゲンを除く)

Pasta



グルテンフリー米粉パスタ カニとなすのアラビアータ - ズワイガニ入り - Crab & Eggplant Arrabbiata

イタリア産トマトをベースにしたソースに、
唐辛子の程よい辛みを効かせました。
ズワイガニの旨みと、なすのやわらかな
食感が重なり、すっきりとしたコクのある
味わいに。

約 626 kcal **1,690円**

アレルギー特定原材料等:かに・大豆

Noodles



玄米麺のつけ麺 ざるそば風 Tsukemen with brown rice noodles

そばは使用しておりません。
温かい麺（かけそば風）もご用意して
おります。

約 428 kcal
(麺 180g 当たり)

普通 **1,200円**

少なめ **1,000円**

大盛り **1,400円**

DRINK & SWEETS

Drink



Hot



アメリカノ Americano

約 6kcal

480円

カフェインレス
Caffeine free

約 6kcal

530円



オーツカプチーノ Oats Cappuccino

約 88kcal

670円

カフェインレス
Caffeine free

約 88kcal



有機ホットアールグレイ Organic Hot Earl Gray

約 4kcal

520円



アイスオーツカフェラテ Ice Oats Caff  e Latte

約 112kcal

700円

カフェインレス
Caffeine free

約 87 kcal



ブラッドオレンジ ジュース ストレート Blood Orange Juice

約 50kcal

450円

アレルギー特定原材料等:オレンジ

(エスプレッソ以外OK)



ブレンドコーヒー Blend Coffee

約 4kcal

480円

カフェインレス
Caffeine free

約 4kcal

530円



オーツカフェラテ Oats Caff  e Latte

約 99kcal

670円

カフェインレス
Caffeine free

約 99kcal

720円



オーツシナモンカプチーノ Oats Cinnamon Cappuccino

約 88kcal

750円

カフェインレス
Caffeine free

約 88kcal

800円



有機ハーブティー Organic Herb Tea

約 4kcal

590円

カフェインレス
Caffeine free

約 10kcal

530円



オーツくわ茶ラテ ノンカフェイン Oats Mulberry Tea Latte

約 100kcal

700円

カフェインレス
Caffeine free

約 10kcal

530円



Cold



アイスオーツカフェラテ Ice Oats Caff  e Latte

約 8 kcal

520円

カフェインレス
Caffeine free

約 7 kcal

570円



有機アイスオーツ 抹茶ラテ Ice Oats Matcha Latte

約 100kcal

690円

アレルギー特定原材料等:オレンジ



有機 アイスアールグレイ Organic Ice Earl Gray

約 2kcal

480円

カフェインレス
Caffeine free

約 7 kcal

570円



アイスオーツくわ茶ラテ ノンカフェイン Ice Oats Mulberry Tea Latte

約 100kcal

700円

アレルギー特定原材料等:オレンジ

Cake & Ice



(アフガート以外OK)



スフレケーキ プレーン Souffle Plain

国産大豆を主原料に、驚くほど
しっとりとした食感に仕上げたスフ
レケーキ。大豆とは思えない、やさ
しくシジプルな味わいです。

約 149kcal/糖質 10.1g
(スフレのみ)

アレルギー特定原材料等:卵・大豆
※ はちみつ入り

680円



スフレケーキ 抹茶 Souffle Matcha

国産有機抹茶を使用し、
抹茶の香りとほのかな苦みを
活かしました。

約 145kcal/糖質 9.6g
(スフレのみ)

アレルギー特定原材料等:卵・大豆
※ はちみつ入り

680円



スフレケーキ ショコラ Souffle Chocolat

オーガニッククーベルチュール
チョコを使用し、カカオのコクを
やさしく引き出しました。

約 167kcal/糖質 9.0g
(スフレのみ)

アレルギー特定原材料等:卵・大豆

680円



ガトーショコラ Gateau Chocolat

オーガニッククーベルチュールチョコ
を使用、ほろ苦く、やさしい味わい。

約 199kcal/糖質 8.7g
(ガトーショコラのみ)

アレルギー特定原材料等:卵・大豆

780円



チーズテイストケーキ Cheese Taste Cake

チーズ・生クリーム・バターを
使用し、チーズケーキの味わい
と食感を再現しました。

約 285kcal/糖質 14.9g
(チーズテイストケーキのみ)

アレルギー特定原材料等:
卵・乳・くるみ・大豆・アーモンド

880円



アイスクリーム Ice Cream

Mix 約 603kcal/糖質 37.9g
Vanilla 約 613kcal/糖質 38.5g
Chocolate 約 594kcal/糖質 37.4g

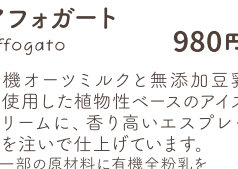
アレルギー特定原材料等:
卵・乳・大豆・アーモンド
※ はちみつ入り

850円



アフガート Affogato

有機 オーツミルクと無添加豆乳
を使用した植物性ベースのアイス
クリームに、香り高いエスプレッ
ソを注いで仕上げています。
※一部の原材料に有機全粉乳を
使用しています



アイスクリーム Ice Cream

Mix 約 603kcal/糖質 37.9g
Vanilla 約 613kcal/糖質 38.5g
Chocolate 約 594kcal/糖質 37.4g

アレルギー特定原材料等:
卵・乳・大豆・アーモンド
※ はちみつ入り