

# 春を感じる

## 『桜鯛しゃぶしゃぶ』 四八〇〇円

春のお野菜五景

毎日届く新鮮な素材を活かし  
少しずつ楽しんで頂ける  
五種の前菜盛り合わせ

しゃぶしゃぶ

お野菜しゃぶしゃぶ  
桜鯛

銀シヤリ

つがるロマン(青森産無農薬米)

甘味

本日の果物

お茶

美肌の菜果茶



やさい家めい  
料理長  
佐藤良一

お写真は二名様イメージ写真になります



お野菜しゃぶしゃぶ  
2,200円(お一人様)

契約農家の厳選された新鮮なお野菜や  
きのこを沢山ご用意しております。  
二種類の特製の出汁(ダシ)に  
さっとくぐらせてお召し上がり下さい。  
温かいお野菜は体の中から綺麗にしてくれます!

2種類の身体に優しいベースをご用意しています。  
好きなベースをお選びください。

### 美肌美人しゃぶしゃぶ

やさい家めいの定番!お醤油ベースの和牛だし  
お野菜をさっとしゃぶしゃぶすることで  
たっぷりお野菜をお召し上がり頂けます。  
お肌もカラダもいつまでも若々しく!!

### 疲労回復しゃぶしゃぶ

天日塩ベースの大豆・梅・唐辛子で  
アクセントをつけただし。  
たっぷりのお野菜をお召し上がり頂く事で  
疲労回復の相乗効果が見込めます。  
ストレスを解消し、カラダを健康にしてくれます。

※写真のしゃぶしゃぶ野菜は二名様盛となっております。

【今月は美肌になろう。】

『美肌美人』  
お野菜しゃぶしゃぶ会席

農園バーニヤカウダ

お野菜 五景

毎朝届く新鮮な素材を活かし  
少しづつ楽しんで頂ける  
五種の前菜盛り合わせ

お野菜しゃぶしゃぶ

青森県産『つがるロマン』釜炊きの銀シャリ

今日の甘味  
有機の杜仲茶

4800円

写真のしゃぶしゃぶ野菜は二名様盛となっております。

お得なセットメニュー  
お野菜しゃぶしゃぶセット

本日の小鉢  
お野菜しゃぶしゃぶ  
釜炊き銀シャリ  
下記よりお好きな厳選素材

霜降り黒毛和牛サーロイン(+500円)

3色つまれ

岩手県産折爪三元豚『佐助』

シャキシャキの豚トロ

3800円



# もっとお野菜を！

今日のお野菜盛り合わせ	1500円
今日のはっば盛り	800円
山盛りごぼう	600円
信州きのこ盛り合わせ	980円



## 高沢農園 信州きのこ

信濃町尻高沢地区の住民ら  
でつくる農事組合法人『高沢  
農園』より届く、美味しいきのこ  
をたっぷりどうぞ！



【めい】のこだわり  
贅沢！三色つみれ  
(合鴨・鶏・豆腐)

豆腐と山芋で作る  
『ふわふわのつみれ』は  
なかなか味わえない新食感！

# 自家製つみれ！

贅沢！三色つみれ (合鴨・鶏・豆腐)  
1800円

日南地鶏の軟骨コリコリつみれ  
800円

北海道の合鴨ジューシーつみれ  
800円

豆腐と山芋のフワフワ精進つみれ  
700円

# ご飯とうどん

(すべて二名様盛りになります。)



【めい】のこだわり

岩手県産  
折爪三元豚  
久慈ファーム『佐助』

初代佐助から3代に渡り  
今日まで受け継がれてきた  
究極の豚肉です。

## やっぱりお肉も食べたい！

岩手県産 折爪三元豚『佐助』

980円

コラーゲンたっぷり豚トロ

900円

霜降り黒毛和牛サーロイン

2000円

青森県産 完全無農薬 白米  
『つがるロマン』釜炊きの銀シャリ  
(お時間30分ほど頂戴します。)

1000円

青森県産 玄米『つぶゆき』入り  
ご飯の雑炊風

800円

稲庭風 緑豆豆乳うどん

680円



【めい】のこだわり

青森県北津軽  
ケイホットライス産直米  
白米『つがるロマン』  
玄米『つぶゆき』

青森県が総力を挙げて開発したお米です。弾力性は「コシヒカリ」に、食感・硬さも「あきたこまち」に近似しています。