

新感覚
サカナ
ごはん



F I S H

A 週一魚

W E E K



サカナともち麦のスパイシーな新感覚ごはん

FISH A WEEK

週一魚

心も身体も嬉しい、新しいサカナ習慣

検索すれば何でも見つかる今の時代に、健康でおいしい食事を探すことは本当に大変。

FISH A WEEK は、不足しがちな栄養素を詰め込んだ本当に美味しくて健康的な食事を提供します。



心も身体も嬉しい 新感覚フィッシュカレー

サカナとスパイスソースのマリアージュは
週に1回食べても飽きない新感覚な味わい。
スパイスによって減塩も実現しています。



食物繊維たっぷりで 腹持ちの良いもち麦ごはん

もち麦には、食物繊維が白米の約20倍、
玄米の約4倍以上含まれ、不足しがちな
食物繊維を美味しく摂取できます。



選ぶのが楽しくなる 健康的な野菜デリ

サカナともち麦ご飯に加えて、
ヘルシーな野菜デリを、いつでも複数ご用意。
お好きな野菜デリをお選びください。

オーダーは QR コードでお願いいたします

FISH A WEEK のメニュー



DELI SELECT MENU

フィッシュカレー
or
グリルフィッシュ
+
もち麦ごはん
+
野菜デリ 2 品
+
ドリンク

OR



BOWL MENU

ボウル
(もち麦ごはん)
+
ドリンク

*野菜デリは付きません

お好みで追加メニューをご注文できます

DELI SELECT MENU

デリセレクトメニュー

ごはん 大盛 +¥100



01 サバのタンドリー焼き 〈イエロースパイシーソース〉

ココナツミルクベースのアジアンテイストなカレー



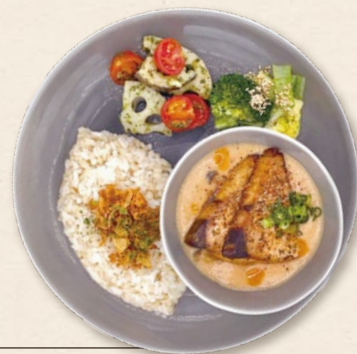
¥1450 ドリンクなし ¥1200

02 ブリの香草焼き 〈豆乳オイスターソース〉

牡蠣とトマトの旨味がきいた
中華風豆乳ソース



¥1500
ドリンクなし ¥1250



NEW!



03 サワラのガーリック焼き 〈檸檬SOYクリームソース〉

爽やかな酸味のきいた
豆乳ベースのさっぱりとしたソース

¥1450
ドリンクなし ¥1200



04 イワシの西京焼き 〈大根おろし柚子胡椒ソース〉

大根おろしと柚子胡椒を合わせた
爽やかな和風ソース



¥1230
ドリンクなし ¥980



05 ブリのTERIYAKIプレート 〈山椒風味〉

生姜と山椒がほどよく香る
醤油ベースのTERIYAKIソース

¥1350 ドリンクなし ¥1100

06 サワラの西京焼き プレート〈大葉風味〉

風味豊かな西京みそで漬け込み
ふっくらと焼き上げました

¥1350
ドリンクなし ¥1100



BOWL MENU

ボウルメニュー

07 旬のカツオボウル 〈おろしポン酢〉

旬のカツオを爽やかなおろしポン酢と
たっぷりのサラダと共に

☕ **¥1150**
ドリンクなし ¥900



NEW!

08 照焼きチキンボウル 〈山椒風味〉

低温調理でジューシーに
焼き上げた照焼きチキン



ちょい辛

☕ **¥1200**
ドリンクなし ¥950



アレルギー原料 07:小麦・大豆・ごま / 08:小麦・大豆・鶏肉・ごま

☕ SET DRINK

ドリンク A

コーヒー（ホット/アイス）
スパイスルイボスティー（ホット）
玄米茶（ホット）

ドリンク B +¥100

豆乳ラテ（ホット/アイス）
自家製ジンジャー（ホット）
自家製ジンジャーエール（アイス）

追加メニュー

野菜デリ

野菜デリ 1 種 **¥300**
野菜デリ 2 種 **¥580**
野菜デリ 3 種 **¥850**

フィッシュカレー

1 種セット **¥650**
2 種セット **¥1150**
3 種セット **¥1700**

サカナ・チキン

サバのタンドリー焼き **¥350**
サワラの西京焼き **¥350**
イワシのガーリック焼き ... **¥350**
ブリのガーリック焼き **¥350**
山椒照焼きチキン **¥350**

トッピング

アボカド **¥100**
フィッシュボール 2 個 **¥300**
ムール貝の白ワイン蒸し 3 個 **¥300**
エビのケイジャンスパイス焼き 5 尾 **¥300**

スープ

本日のスープ **¥250**
単品 **¥300**

ドリンク & デザート

SMOOTHIE スムージー



バナナの豆乳スムージー

バナナとバナナ豆乳をミックス

アレルギー原料：大豆・バナナ

¥680



豆乳のグリーンスムージー

小松菜、ケール、りんご、バナナ、
はちみつ、豆乳をミックス

アレルギー原料：大豆・りんご・バナナ

¥680



豆乳ラッシー

豆乳ヨーグルト、はちみつ、レモン、
紅茶豆乳をミックス

アレルギー原料：大豆

¥680

DRINK ドリンク

コーヒー（ホット / アイス） ¥350

ベリー系の酸味と深みのバランスがよいグアテマラ産

スパイスルイボスティ（ホット） ¥350

6種類のスパイスを加えたシナモン、ターメリックの風味豊かな味わい

加賀玄米茶（ホット） ¥350

焙煎した米の芳ばしい香りと煎茶の爽やかな香味の調和

豆乳ラテ（ホット / アイス） ¥450

豆乳の自然な甘みとコーヒーの酸味のバランスがよい

自家製ジンジャー（ホット） ¥580

数種類のスパイスとたっぷりの生姜を利かせた
オリジナルテイストのホットドリンク

自家製ジンジャーエール（アイス） ¥580

数種類のスパイスとたっぷりの生姜を利かせた
オリジナルテイストのジンジャーエール

ALCOHOL アルコール

コエド 伽羅 -Kyara- 333ml 瓶 クラフトビール〈埼玉〉 ¥480

白葡萄やトロピカルフルーツを想わせるアロマホップの香り、苦味、コク 飲み応えがありながらもきれていく心地よい後味

セット ¥430

甲州 白 グラス マンズワイン〈山梨〉 ¥600

透明感のある色調、柚子やすだちを思わせる和柑橘の香り、豊かな果実味とスッキリとした酸味に心地よい旨味を感じる

セット ¥550

DESSERT デザート

トロピカル SOY ソルベ ¥350

乳製品不使用の南国のフルーツたっぷりの自家製ソルベ

アレルギー原料：大豆

セット ¥300



FISH A WEEK のコース & セットメニュー

店内スタッフまたはお電話にてご予約承ります

SPECIAL COURSE ¥4000

スペシャルコース

★★ ディナータイム限定

〈入店可能時間〉 17時 - 19時

〈予約可能人数〉 1名 - 最大 6名

事前予約制

前日 12時
まで

- 6種の野菜デリ盛り合わせ
- 季節のカルパッチョ
- ムール貝の白ワイン蒸し
- サカナとスパイシーソース 4種
- ミニ五目粥またはもち麦ご飯
- トロピカル SOY ソルベ



STANDARD COURSE ¥3000

スタンダードコース

★★ ディナータイム限定

〈入店可能時間〉 17時 - 19時

〈予約可能人数〉 1名 - 最大 6名

事前予約制

前日 12時
まで

- 4種の野菜デリ盛り合わせ
- 炙りサーモンのポン酢和え
- ムール貝の白ワイン蒸し
- サカナとスパイシーソース 3種
- もち麦ご飯
- トロピカル SOY ソルベ

ONE MORE FISH SET ¥1880

ワンモアフィッシュセット

☀️★★ カフェ & ディナータイム

〈入店可能時間〉 14時 - 20時

〈予約可能人数〉 1名 - 最大 6名

予約不要

- お好きなフィッシュカレー 1品
- お好きな野菜デリ 2品
- お好きなサカナ 1品
- もち麦ごはん
- スープ
- ドリンク 1人 1杯付き
 - ・ コーヒー (ホット / アイス)
 - ・ レイボスティ (ホット)
 - ・ 玄米茶 (ホット)



ご自宅やオフィスでも FISH A WEEK を！

TAKE OUT

テイクアウト

店頭からテイクアウトして
お楽しみいただけます



独自開発したソースが漏れづらい
お弁当箱でお持ち帰り！



KITCHEN CAR

キッチンカー

オフィス街や住宅街で営業予定
詳しくはサイトをチェック



最新の営業スケジュール

公式サイト



DELIVERY

フードデリバリー

主要なフードデリバリー
サービスに対応しています



Uber Eats

お店のページが開きます



Demaecan

お店のページが開きます

SUBSCRIPTION サブスクリプション

週一でサカナを食べる定額プラン 月5回食べられて ¥3480

気軽に魚を食べていただけるように、サブスクリプションもご用意。



出社前のワンドリンクをサブスクで！
イートインでもご利用可能です

月 ¥3000 で毎日(1日1杯)ドリンクが飲める！

コーヒー/スパイスイボスティ/玄米茶からお好きな1杯。

※ 11:30 ~ 14:00 はフードをご注文いただいた方のみ店内でご利用出来ます。

GENTLE ON THE SEA AND FISH

身体だけでなく、海にも魚にも優しく

FISH A WEEK 週一魚は、海の豊かさを守る
ブルーシーフードガイドのパートナーです。



ONE MORE FISH SET

ワンモア フィッシュ セット



サカナともち麦のスパイシーな新感覚ごはん

FISH A WEEK 週一魚

追加の
お得な
セット



01

基本セット

好きなフィッシュカレーと
野菜デリ2品

02

サカナ追加

好きなサカナを1品追加

03

ドリンクA + スープ

ドリンクBの場合は+¥100

¥1880

アレルギー原料は、それぞれのメニューにてご参照ください

ちよい 飲みセツト

1杯飲みたい時におすすめのセツト



03

02

01

¥1000

01

カツオ

おろしポン酢

02

野菜デリ

お好きな野菜デリ 2品

03

ビール 333ml 瓶

COEDO 伽羅 -Kyara-