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。

2026
11/13 FRI
12/13 SUN

GO GOTSU!

新感覚サカナごはん FISH A 週一魚 WEEK

期間限定 江津市コラボメニュー

島根県江津（ごうつ）市と FISH A WEEK のコラボレーションフェアを開催！
江津市の豊かな海と山の幸をお届けします！



【島根県江津市産】
マヒマヒの西京焼き
大根おろし柚子胡椒ソース

淡白な身質で、ソースとの相性に優れた江津市産マヒマヒ。大根おろしと柚子胡椒を合わせた爽やかな和風ソースで。

〈野菜デリ〉島根県江津市産野菜を使用
- ブロッコリーのハーブマリネ
- キャベツと桜海老のコールスロー

GO GOTSU!
¥1750
本日のスープ・ドリンク付き
平日ランチ ¥1500
ドリンク付き



【島根県江津市産】
ヒラマサの山椒焼き
和風カレー

かつおだしに野菜たっぷりの和風カレー。日本海で育ったヒラマサは、弾力のある食感と澄んだ旨みが魅力。

〈野菜デリ〉島根県江津市産野菜を使用
- ブロッコリーのハーブマリネ
- キャベツと桜海老のコールスロー

GO GOTSU!
¥1750
本日のスープ・ドリンク付き
平日ランチ ¥1500
ドリンク付き

GO GOTSU! 山陰の「創造力特区」へ。 島根県 江津市

FISH A WEEK 週一魚は、水産庁が制定した「さかなの日」に賛同し、魚食の拡大に協力してまいります。

kikkoman おいしい記憶をつくりたい。

FISH A WEEK グランドメニュー

テーブルにあるQRコードをスマートフォンで読み取ってご注文ください

DELI SELECT MENU



お好きな
おサカナメニュー
（01～06よりお選びください）
＋
もち麦ごはん
＋
野菜デリ2品
＋
本日のスープ
＋
ドリンク

OR

BOWL MENU



お好きな
ボウルメニュー
＋
本日のスープ
＋
ドリンク

＊野菜デリは付きません

アレルギー原料はスタッフにお尋ねください

DELI SELECT MENU

デリセレクトメニュー

ごはん 大盛 +¥100

CURRY カレー

01

サバのタンドリー イエローカレー

ココナツミルクベースの
アジアンテイストなカレー。

もち麦ごはん　野菜デリ2品
本日のスープ　ドリンク



¥1750 ドリンクなし ¥1500

02 GO GOTSU!

【島根県江津市産】ヒラマサの山椒焼き 和風カレー

かつおだしに野菜たっぷりの和風カレー。日本海で育ったヒラマサは、弾力のある食感と澄んだ旨みが魅力。

もち麦ごはん　野菜デリ2品
本日のスープ　ドリンク



¥1750 ドリンクなし ¥1500

FISH & SAUCE フィッシュ&ソース

03 GO GOTSU!

【島根県江津市産】マヒマヒの西京焼き 大根おろし柚子胡椒ソース

淡白な身質で、ソースとの相性に優れた江津市産マヒマヒ。大根おろしと柚子胡椒を合わせた爽やかな和風ソースで。

もち麦ごはん　野菜デリ2品
本日のスープ　ドリンク



¥1750 ドリンクなし ¥1500

04

【千葉県船橋市産】クロダイの香草焼き 豆乳オイスターソース

あっさりとした上品な淡白さと、濃厚な旨味をあわせもつクロダイ。牡蠣とトマトの旨味がきいた中華風豆乳ソースで。

もち麦ごはん　野菜デリ2品
本日のスープ　ドリンク



¥1750 ドリンクなし ¥1500

GRILL グリル

05

サワラの西京焼きプレート 大葉添え

風味豊かな西京味噌で漬け込み、ふっくらと焼き上げた西京焼き。

もち麦ごはん　野菜デリ2品
本日のスープ　ドリンク



¥1600 ドリンクなし ¥1350

06

ブリのTERIYAKIプレート 山椒の香り

生姜と山椒がほどよく香る醤油ベースのTERIYAKIソース。

もち麦ごはん　野菜デリ2品
本日のスープ　ドリンク



¥1600 ドリンクなし ¥1350

当店では常温のお水をご用意しております。冷たいお水（氷入り）をご希望の方は、スタッフまでお気軽にお声がけください。

BOWL MENU

ボウルメニュー

07

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。

本日のスープ　ドリンク



¥1450 ドリンクなし ¥1200

08

〈季節限定〉【宮城県塩竈産】タラのだし茶漬け

ふっくら焼き上げたタラと
もち麦ごはんを旨味たっ
ぷりのだしで。

ドリンク

※ 本日のスープは付きません



¥1450 ドリンクなし ¥1200

SET DRINK

※カフェインレスコーヒー・ラテに変更は+¥50

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）/ スパークリングウォーター		
ドリンクB +¥100	豆乳ラテ（ホット/アイス）/ 抹茶豆乳ラテ（ホット/アイス）/ 抹茶エスプレッソ豆乳ラテ（ホット/アイス）/ フレッシュレモンソーダ（無糖）/ 自家製ジンジャーエール		
ドリンクC +¥550	コエド 伽羅（クラフトビール）/ 甲州（白ワイン）	ドリンクD +¥700	_SHIPコンブチャ各種

ADD-ON MENU

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

スープ

本日のスープ 単品 ¥300

トッピング

サバのタンドリー焼き …… ¥350
GO GOTSU! ヒラマサの山椒焼き …… ¥350
GO GOTSU! マヒマヒの西京焼き …… ¥350
クロダイの香草焼き …… ¥350
照り焼きチキン …… ¥350
サワラの西京焼き …… ¥600
ブリの照り焼き …… ¥600
アボカド …… ¥100

カレー ※ ライス・野菜デリは付きません

サバのタンドリーイエローカレー …… ¥650
GO GOTSU! ヒラマサの山椒焼き和風カレー …… ¥650

KIDS MENU

キッズメニュー



おさかなカレー

スパイスをおさえ、野菜やかつお出汁
の旨味で仕上げたお子様用カレー。
お魚は焼きサバをトッピング。

ドリンクなし ¥650

DRINK & DESSERT

ドリンク & デザート

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ー（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

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

抹茶豆乳ラテ（ホット / アイス） ¥480
抹茶の深みと豆乳のコクが重なる上品な味わい

抹茶エスプレッソ豆乳ラテ（ホット / アイス） ¥480
抹茶とコーヒーの香りを一杯に、豆乳で仕上げた贅沢ラテ

DECAF COFFEE カフェインレスコーヒー

コーヒー（ホット / アイス） ¥400

豆乳ラテ（ホット / アイス） ¥500

抹茶エスプレッソ豆乳ラテ（ホット / アイス） ¥530

SPARKLING スパークリングドリンク

スパークリングウォーター ¥300

フレッシュレモンソーダ（無糖） ¥450

自家製ジンジャーエール ¥580

KOMBUCHA コンブチャ

コンブチャってなに？

KOMBUCHA（コンブチャ）は、昆布茶とはまったく別の物。

お茶に酢酸菌と酵母から生まれたスコビーを入れて
発酵させた植物由来の微炭酸飲料です。
フルーティな酸味と爽やかな飲みロです。

腸内環境を整える働きから免疫力強化やアンチエイジング等の効果を期待して、
健康でアクティブな暮らしを求める人たちに人気のドリンクです。

- 免疫のバランスを整える
- 花粉症ケア
- 内臓脂肪の抑制
- 血糖値の上昇を抑える働き
- グルテンフリー
- 無添加・無香料



_SHIP ORIGINAL ¥780
発酵由来の白ブドウや洋ナシのような
フルーティーな香りと酸味、爽やかな微炭酸が特徴です



_SHIP YUZU HEADS ¥780
徳島県産の肉厚で分厚い皮が特徴の
木頭柚子を漬け込みました



_SHIP SHISO FUTURE ¥780
北海道・島根県・宮崎県で栽培された
赤紫蘇を乾燥させて漬け込みました



_SHIP HOP BREEZE ¥780
ホップならではのグレープフルーツ、柑橘、
ライチ、ハーブなど様々なアロマの香りを感じられます

ALCOHOL アルコール

コエド 伽羅 -Kyara- 333ml瓶　クラフトビール〈埼玉〉 ¥600
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

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

DESSERT デザート

とろり濃厚豆乳バスク風チーズケーキ ¥680
※卵・乳製品を使用しております。
※ホールのテイクアウトも承っております。ご希望の方はスタッフにお声がけください。



当店では常温のお水をご用意しております。冷たいお水（氷入り）をご希望の方は、スタッフまでお気軽にお声がけください。