

# 森のレストラン

Mori no Restaurant

営業時間

11:00 — 20:00

ラストオーダー







「石臼挽き蕎麦粉・天然水・手打ち」を

すべてにこだわった

十福の湯自慢のおいしい蕎麦。

当館でしか味わえない

蕎麦本来の「香り・味・食感」を

ぜひご堪能ください。

# 蕎麦

蕎麦職人の「打ちたて蕎麦」。

- こだわり① 当館蕎麦職人による手打ち蕎麦。石臼挽き蕎麦粉を使った打ちたて茹でたての手打ち蕎麦です。熟練の職人によって打たれた蕎麦は、噛みしめる度に繊細な香りが広がります。
- こだわり② 蕎麦との相性を考えたこだわりの蕎麦だし  
軽節・昆布・干し椎茸で取っただしと、濃口醤油とみりん、ざら目で作ったかえしを合わせて作ります。既製品でない、蕎麦との相性を考えたこだわりの蕎麦だしです。

※森のレストランは、蕎麦を含む全てのメニューを同じ厨房内で扱っています。



信州産  
石臼挽き天ざる蕎麦

¥1,300

(税込)

蕎麦大盛+¥200

人気の石臼挽きの手打ち蕎麦に海老、野菜などの天婦羅が付いた豪華な一品です。

アレルギー：小麦・蕎麦・海老・卵





信州産  
石臼挽き手打ち蕎麦 **¥790**  
(税込)  
蕎麦大盛+¥200

森のレストラン不動の人気 No.1 メニュー。  
信州産石臼挽きの蕎麦粉を使用した手打ちそばです。  
アレルギー：小麦・蕎麦



信州産石臼挽き **¥1,480**  
海老天ざる蕎麦 (税込)  
蕎麦大盛+¥200

冷たいお蕎麦に海老の天婦羅が2本付いた豪華な一品です。  
アレルギー：小麦・蕎麦・海老・卵



信州産  
石臼挽きとろろ蕎麦 **¥920**  
(税込)  
蕎麦大盛+¥200

松代の特産品である長芋を使ったメニューです。  
おなかにもやさしくヘルシーです。  
アレルギー：小麦・蕎麦



信州産  
石臼挽きくるみ蕎麦 **¥980**  
(税込)  
蕎麦大盛+¥200

蕎麦つゆに入れるくるみは、おとなり東御市の特産です。  
ほのかな苦みが蕎麦つゆにコクを生みます。  
アレルギー：小麦・蕎麦



サーモンととろろの  
ぶっかけ蕎麦冷 **¥1,100**  
(税込)  
蕎麦大盛+¥200

サーモンと松代特産の長芋のとろろをぶっかけにしました。  
アレルギー：小麦・蕎麦



海老天おろし蕎麦冷 **¥990**  
(税込)  
蕎麦大盛+¥200

熱々の天婦羅に冷たいおろし蕎麦が合わさったぶっかけ蕎麦です。  
アレルギー：小麦・蕎麦・海老・卵





国産牛の  
肉つけ蕎麦

¥1,100  
(税込)  
蕎麦大盛+¥200

国産の牛肉を使用し甘辛く煮たものを  
蕎麦つゆであわせました。  
アレルギー：小麦・蕎麦



アボカド彩々  
冷やし蕎麦<sup>いろいろ</sup>㊟

¥1,000  
(税込)  
蕎麦大盛+¥200

豚肉、アボカド、海老など彩々(いろいろ) 入った  
サラダ仕立てのお蕎麦です。  
アレルギー：小麦・蕎麦・海老・卵



梅としその  
とろろぶっかけ蕎麦<sup>㊟</sup>

¥950  
(税込)  
蕎麦大盛+¥200

さっぱりした梅肉としそが蕎麦と相性抜群です。  
アレルギー：小麦・蕎麦・卵



信州3種のたれの手打ち蕎麦

¥1,180  
(税込)  
蕎麦大盛+¥200

とろろ、くるみ、つゆなど一度に味わえるお得な一品です。

アレルギー：小麦・蕎麦



蓼科豚生姜焼き肉蕎麦  
青山玉子のせ

¥1,100  
(税込)  
蕎麦大盛+¥200

ブランドの蓼科豚の肩ロースを生薑焼きにしてお蕎麦と一緒に  
しました。青山玉子の温泉卵を添えました。  
アレルギー：小麦・蕎麦・卵



信州産石臼挽き  
青山玉子付蕎麦

¥890  
(税込)  
蕎麦大盛+¥200

信州蕎麦と青山の玉子のコラボレーションです。玉子をといて  
蕎麦つゆに入れてお召し上がり下さい。  
アレルギー：小麦・蕎麦・卵





手延べ  
天ざるうどん **¥1,300**  
(税込)  
うどん大盛+¥200

熱々の天婦羅とどの越しの良い手延べうどんは最高です。  
アレルギー：小麦・海老・卵



手延べ海老  
天ざるうどん **¥1,480**  
(税込)  
うどん大盛+¥200

冷たい手延べうどんに大海老天婦羅が2本付いた豪華な一品です。  
アレルギー：小麦・海老・卵



手延べうどんの  
ざるうどん **¥790**  
(税込)  
うどん大盛+¥200

コシがありとてもどしが良い一品です。  
アレルギー：小麦



海老天  
おろしうどん **¥990**  
(税込)  
うどん大盛+¥200

熱々の天婦羅に冷たいおろしうどんが合わさった一品です。  
アレルギー：小麦・海老・卵



サーモンととろろの  
ぶっかけうどん **¥1,100**  
(税込)  
うどん大盛+¥200

サーモンと松代特産の長芋のとろろをぶっかけにしました。  
アレルギー：小麦





蓼科豚生姜焼き肉うどん 青山玉子のせ

¥1,100

(税込)

うどん大盛+ ¥200

ブランドの蓼科豚の肩ロースを生生姜焼きにしてコシのあるうどんと一緒にしました。  
青山玉子の温泉卵を添えました。

アレルギー：小麦・卵



手延べ天婦羅うどん ㊤

¥1,230

(税込)

うどん大盛+ ¥200

熱々の天婦羅と手延べのコシのある温かいうどんです。

アレルギー：小麦・海老・卵



国産牛の手延べの肉つけうどん

¥1,100

(税込)

うどん大盛+ ¥200

国産の牛肉を使用し甘辛く煮たものをうどんとあわせました。

アレルギー：小麦



アボカド彩々

いろいろ

¥1,000

(税込)

うどん大盛+ ¥200

冷やしうどん ㊤

蓼科豚、アボカド、海老など彩々(いろいろ)入った  
サラダ仕立てのうどんです。

アレルギー：小麦・海老・卵



梅としその

¥950

(税込)

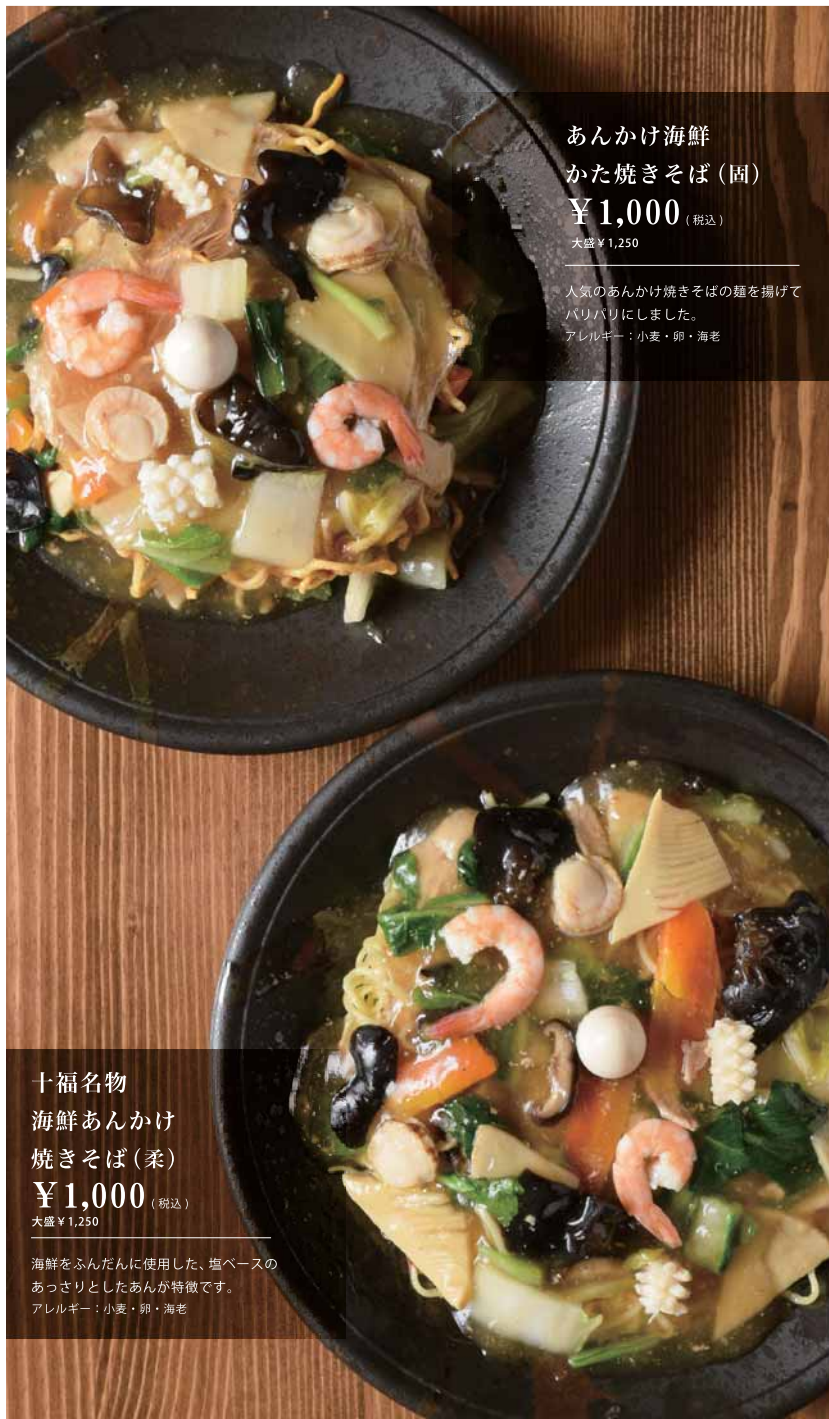
うどん大盛+ ¥200

とろろぶっかけうどん ㊤

さっぱりした梅肉としそがうどんと相性抜群です。

アレルギー：小麦・卵





あんかけ海鮮  
かた焼きそば(固)

¥1,000 (税込)

大盛 ¥1,250

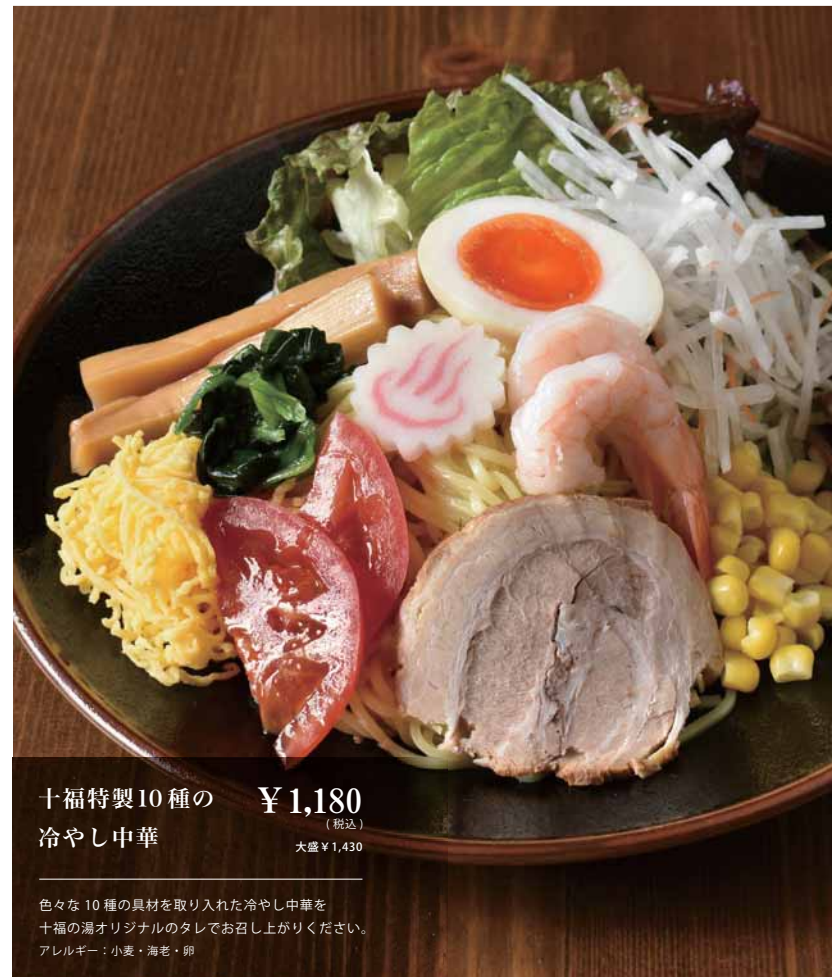
人気のあんかけ焼きそばの麺を揚げて  
パリパリにしました。  
アレルギー：小麦・卵・海老

十福名物  
海鮮あんかけ  
焼きそば(柔)

¥1,000 (税込)

大盛 ¥1,250

海鮮をふんだんに使用した、塩ベースの  
あっさりとしたあんが特徴です。  
アレルギー：小麦・卵・海老



十福特製10種の  
冷やし中華

¥1,180 (税込)

大盛 ¥1,430

色々な10種の具材を取り入れた冷やし中華を  
十福の湯オリジナルのタレでお召し上がりください。  
アレルギー：小麦・海老・卵



十福のこだわり①

温泉なると

なるとは静岡県焼津市のなるとの老舗北村で  
作られた十福オリジナル温泉なるとです。  
魚の味を大切に、着色料はトマト色素を使  
いアレルギー物質はありませんので安心して  
お召し上がりいただけます。





あごだし **¥1,200**  
バラチャーシュー麺 (税込)  
大盛 ¥1,450  
種小盛 不可

手作りしている自慢のチャーシューを  
たっぷり使用した豪華な一品です。  
アレルギー：小麦・卵



昔ながらの中華そば

**¥800**  
(税込)  
大盛 ¥1,050  
種小盛 ¥680

無添加のオリジナル温泉などと、懐かしさの中に  
十福の湯ならではのこだわりの詰まった特製ラーメンです。

アレルギー：小麦・卵



あごだし十福の湯  
特製醤油らーめん

**¥900**  
(税込)  
大盛 ¥1,150  
種小盛 不可

低加水麺を使用しコシのある麺にあごだしの醤油がからむ十福特製のラーメンです。

アレルギー：小麦・卵



炒め野菜たっぷりの味噌らーめん

**¥930**  
(税込)  
大盛 ¥1,180  
種小盛 ¥800

コクのある味噌スープと、注文を受けてから炒めるたっぷり野菜が入った味噌ラーメンです。

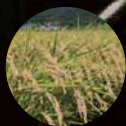
アレルギー：小麦・卵



ふっくらつやつやに炊きあげた、  
昔懐かしいほっとする味。  
森のレストランの  
かまど炊きご飯を  
ぜひお召し上がり下さいませ。

# 米

おいしい  
「かまど炊きご飯」。



- おいしい理由① 奥信濃飯山で育てられ皇室献上米に選ばれた、甘くて艶のある「金崎さんちのお米」です。
- おいしい理由② 十福の湯の地下に湧き出る「真田いずみの森天然水」で炊いています。
- おいしい理由③ 赤外線効果の高い、強い火力の「かまど炊き」です。



特選蓼科豚  
ロースとんかつ定食

¥1,350

(税込)

ごはん大盛+¥150

大きな豚ロースにさっくりとした衣をまとった贅沢な一品です。

アレルギー：小麦・卵





十福特製もつ煮定食 **¥950**

(税込)

ごはん大盛+¥150

幸村味噌をブレンドしたもつ煮をかまど炊きご飯との定食に仕上げました。  
アレルギー：小麦



辛もつ煮定食 **辛**

**¥990**

(税込)

ごはん大盛+¥150

幸村味噌をブレンドしたもつ煮をかまど炊きご飯との定食に仕上げました。  
アレルギー：小麦



十福のこだわり②

金崎さんちのお米

皇室献上米に選ばれたお米

「金崎さんちのお米」は、肥料を極力減らし、通常より早い最高の瞬間に稲を刈る、こだわりの方法で作っています。全国でもわずかな米の産地「特A地区」である飯山で育てられ皇室に献上された、上質な「甘み」「つや」「粘り」が自慢の美味しいお米です。



地鶏のから揚げ定食

**¥1,080**

(税込)

ごはん大盛+¥150

カリカリに揚がった、旨みあふれる地鶏のから揚げです。炊きたてのご飯と一緒に召し上がってください。

アレルギー：小麦



地鶏の  
特製マヨから揚げ定食

**¥1,100**

(税込)

ごはん大盛+¥150

大きな地鶏のから揚げに特製マヨソースがたっぷり。ガッツリ派の方におすすめです。

アレルギー：小麦・卵



辛マヨから揚げ定食 **辛**

**¥1,120**

(税込)

ごはん大盛+¥150

人気のから揚げに辛いバージョンが新登場です。

アレルギー：小麦・卵





平日・数量限定  
しょうが焼き定食

¥1,200  
(税込)  
ごはん大盛+¥150

平日のみの人気の生姜焼きが復活しました。※土日祝日は販売を停止いたします。

アレルギー：小麦



キャベツたっぷり  
鉄板おろしメンチかつ定食

¥1,200  
(税込)  
ごはん大盛+¥150

熱々の牛肉のメンチかつをたっぷりのキャベツの上に  
乗せました。大根おろしと共に召し上がってください。  
アレルギー：小麦・卵・乳



青山玉子かけご飯定食

¥620  
(税込)  
ごはん大盛+¥150

青山玉子の美味しさをストレートに味わえる定食です。

アレルギー：小麦・卵



峠の蓼科豚かつ丼

¥1,150  
(税込)  
ごはん大盛+¥150

季節のフルーツを使った手作りの具だくさんソースを  
かけキャベツもたっぷり使用したかつ丼です。  
アレルギー：小麦・卵



十福のこだわり③

## 十福特製ソース

長野県産のりんごや桃など、季節のフルーツをベースにしたオリジナルソースです。生姜やにんじん、玉ねぎなどじっくり煮込み甘辛く仕上げ、料理人のこだわりのソースがお肉の美味しさを引き出します。



十福のこだわり④

## 幸村味噌

米糴に長野県産のコシヒカリ、あきたこまち（上田・佐久地域）を、大豆には長野県産ナカセンナリ（上田・佐久地域）を使用、人工的に発酵を早めることはせず、信州真田町固有の気候風土の中で半年以上熟成し神川水系上流水を使用し、添加物を一切使用せず製造しています。





### 峠のメンチかつ丼

¥1,100 (税込)

ごはん大盛+ ¥150

熟々の牛肉のメンチかつに十福オリジナルソースをたっぷり使用した一品です。

アレルギー：小麦・卵・乳



### 峠の地鶏から揚げ丼

¥1,000 (税込)

ごはん大盛+ ¥150

熟々の地鶏のから揚げを山盛りにして峠に見立てました。オリジナルマヨソースをかけての提供となります。

アレルギー：小麦・卵



### 峠の蓼科豚たれかつ丼 からしマヨソースかけ

¥1,150 (税込)

ごはん大盛+ ¥150

あっさりとした醤油のたれとからしマヨソースが相性抜群です。

アレルギー：小麦・卵



### 地蔵峠 峠の天丼

¥1,280 (税込)

ごはん大盛+ ¥150

大きな穴子を一本丸々使用した豪華な一品です。

アレルギー：小麦・海老・卵



### 十福のこだわり⑤

## 青山の玉子

菅平山麓の卵職人が育てたこだわり卵

農場主の青山茂樹さんが鶏に与えているのは、遺伝子組み換えをしないとうもろこし・大豆・菜種などの植物性飼料に、にんにく・黒ゴマ・唐辛子・パプリカなど香辛料をはじめ、オリゴ糖・人参・海藻などを手作り配合した飼料です。

青山の玉子はこの手作り飼料で育った、栄養価の高い卵です。安心して生でお召し上がりいただけます。



### 十福のこだわり⑥

## 蓼科豚

蓼科地域の指定農場で飼育される蓼科豚のブランド「マーブルハイボーク」。薬品無添加の麦を主体とした飼料を生育過程に応じた配合で与えています。肉の飼育過程では7割のパネラーが通常の肉より好ましいとした結果があります。





地鶏と青山玉子のとろける親子丼

¥990  
(税込)

ごはん大盛+¥150

地鶏のもも肉と青山玉子を贅沢に2個使用し、とろとろふわふわに仕上げた一品です。

アレルギー：小麦・卵



地鶏のから揚げと青山玉子とじ丼

¥990  
(税込)

ごはん大盛+¥150

人気の地鶏のから揚げを青山の玉子でとじました。熱々をお召し上がりください。

アレルギー：小麦・卵



蓼科豚のロースと 青山玉子のかつ丼 ¥1,150  
(税込)

ごはん大盛+¥150

こだわりの蓼科豚のロースかつを甘めのたれで煮込み青山玉子でとじ、丼に仕立てました。  
アレルギー：小麦・卵



蓼科豚の  
美味だれ風かつ丼

¥1,150  
(税込)

ごはん大盛+¥150

熱々のかつに美味だれをかけた新しい一品です。

アレルギー：小麦・卵



石焼き美味だれ風  
ローストビーフ丼

¥1,300  
(税込)

ごはん大盛+¥150

ローストビーフと青山玉子を石焼きに仕立てニンニクのきいた美味だれ風のたれでお召し上がりください。

アレルギー：小麦・卵





十福特製海鮮中華丼 (スープ付)

¥990  
(税込)

ごはん大盛+¥150

人気のあんをごはんの上にたっぷりのせた熟々の一品です。

アレルギー：小麦・海老・卵



地鶏と青山玉子のあっさり梅雑炊

¥780  
(税込)

ごはん大盛+¥150

地鶏と青山玉子を使用し梅でさっぱりと仕上げました。

アレルギー：小麦・卵



新鮮さくら丼

¥1,580  
(税込)

ごはん大盛+¥150

新鮮な馬刺しに生姜のきいた特製たれが良く合う一品です。

アレルギー：小麦





信州サーモンと  
いくら黄金丼 ¥1,380  
(税込)  
ごはん大盛+ ¥150

とても高価な信州サーモンといくら親子丼です。  
アレルギー：小麦・卵



サーモンアボカド  
ミニ丼と  
うどんセット  
¥1,180 (税込)  
ごはん大盛+ ¥150

ミニ丼とざるうどんのセットです。  
※プラス100円で蕎麦に変更できます。  
アレルギー：小麦・卵



サーモンといくら丼 ¥1,280  
(税込)  
ごはん大盛+ ¥150

トラウトサーモンを使用した少しお得な商品です。  
アレルギー：小麦・卵



いくらたっぷり  
サーモンの宝石丼 ¥2,280  
(税込)  
ごはん大盛+ ¥150

いくらたっぷりの一品です。  
アレルギー：小麦・海老・卵



ミニユッケ丼と  
うどんセット  
¥1,280 (税込)  
ごはん大盛+ ¥150

新鮮な馬刺しを青山玉子の黄身と共に  
コチジャンのタレでお召し上がりくだ  
さい。うどんもあり大変お得な一品です。  
※プラス100円で蕎麦に変更できます。  
アレルギー：小麦・卵



十福のこだわり⑦

## 信州サーモン

ニジマスとブラウントラウトを交配させた  
信州を代表するブランド食材です。甘みの  
強い身はきめが細かく、とろけるような舌  
触りです。



サーモンと高菜の  
冷やし茶漬けと  
うどんのセット  
¥1,200 (税込)  
ごはん大盛+ ¥150

暑い時に冷たいお出汁でお召し上がり  
くださいませ。※プラス100円で蕎麦  
に変更できます。  
アレルギー：小麦・海老・卵





石焼き  
ローストビーフカレー(スープ付)

¥1,380  
(税込)  
大盛り不可

熱々の石焼きに豪華なローストビーフをたっぷりのせました。

アレルギー：小麦・乳



蓼科豚のかつカレー(スープ付)

¥1,250  
(税込)  
ごはん大盛+ ¥150

蓼科豚のロースかつにカレーをあわせました。  
とてもお得な一品です。

アレルギー：小麦・卵・乳



峠の  
メンチかつカレー(スープ付)

¥1,280  
(税込)  
大盛り不可

十福オリジナルカレーに牛肉のメンチかつが乗った満足の一品。

アレルギー：小麦・卵・乳



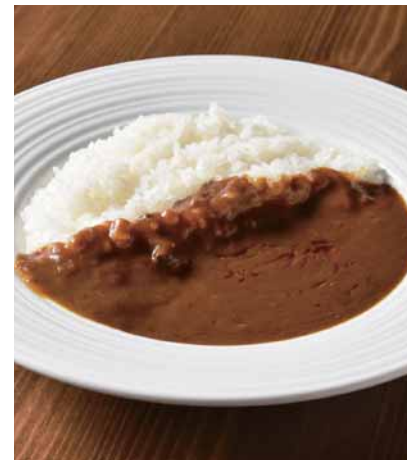
石焼きチーズハンバーグ  
カレー (スープ付)

¥1,200  
(税込)  
大盛り不可

石焼きハンバーグ増量 (スープ付) ¥1,580

熱々の石焼きにハンバーグととろけるチーズが  
食欲をそそります。

アレルギー：小麦・卵・乳



ゴロゴロ牛肉の  
ビーフカレー (スープ付)

¥900  
(税込)  
ごはん大盛+ ¥150

牛肉を長時間煮込みスパイスをきかせた深い味わいの十福特製の  
ビーフカレーです。

アレルギー：小麦・乳



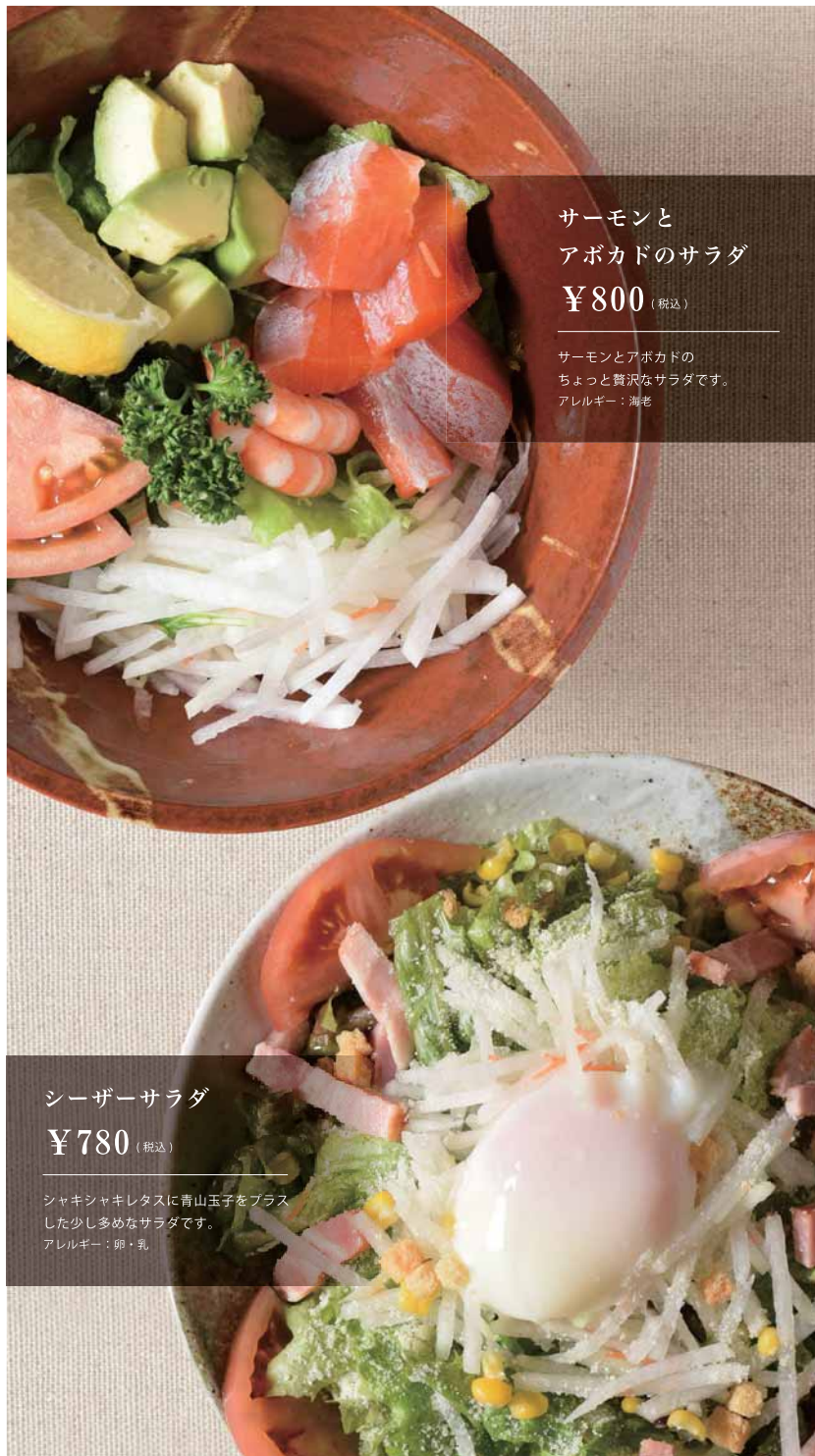
青山玉子の  
温玉カレー(スープ付)

¥870  
(税込)  
ごはん大盛+ ¥150

とろりと青山の玉子のコクが、カレーとの相性抜群です。

アレルギー：小麦・卵・乳





サーモンと  
アボカドのサラダ  
¥800 (税込)

サーモンとアボカドの  
ちょっと贅沢なサラダです。  
アレルギー：海老

シーザーサラダ  
¥780 (税込)

シャキシャキレタスに青山玉子をプラス  
した少し多めのサラダです。  
アレルギー：卵・乳



ローストビーフの  
サラダ ¥990 (税込)

豪華なローストビーフと新鮮野菜のサラダに仕立てました。  
好きなドレッシングをかけてお召し上がりください。  
アレルギー：小麦



大根はりはりサラダ ¥500 (税込)

シャリシャリ大根に揚げ蕎麦を合わせた一品です。  
アレルギー：小麦・蕎麦



豚肉の  
しゃぶしゃぶサラダ ¥700 (税込)

豚肉とすりごまをあわせ一品です。  
ごまのドレッシングが相性抜群です。



ミニサラダ ¥150 (税込)

サラダが少し欲しいときにぜひどうぞ。



青山玉子の新鮮サラダ ¥650 (税込)

青山玉子の味玉と温泉卵が一度に味わえるお得なサラダです。  
アレルギー：卵



信州サラダ蕎麦 ¥580 (税込)

信州野菜と信州蕎麦を合わせサラダ仕立てにいたしました。  
(こちらはサラダですので蕎麦は少量となっております)  
アレルギー：小麦・蕎麦



ご注文を受けてから、  
当館のピッツァ職人が  
丁寧に手作業で焼き上げます。  
焼きたて熱々をぜひどうぞ！

# Pizza

石窯焼きピッツァの  
こだわり。

- おいしい理由① 450度以上の高温で焼き上げるから。
- おいしい理由② 薪を使って焼き上げるから香ばしく表面はざっくり中はもっちりな食感です。
- おいしい理由③ イタリアナボリの伝統そのまま、小麦、水、塩、酵母のみを使用した自家製生地。
- おいしい理由④ 小麦粉は信州産を独自にブレンド。
- おいしい理由⑤ ご注文を受けてから丁寧に一枚一枚手作業で焼き上げているから。



## マルゲリータ

¥1,350 (税込)

イタリアンピッツァの定番。  
トマトソースにとろけて混じり合う  
モッツアレラチーズ、バジルの香り。  
人気 No.1 のピッツァです。  
アレルギー：小麦・乳

## 季節野菜の ミックスピッツァ

¥1,430 (税込)

季節の食材を使用した彩り豊かな  
ピッツァ。  
アレルギー：小麦・乳



4種のチーズ  
オブセ牛乳の  
自家製リコッタチーズ使用  
¥1,430 (税込)

モッツアレラ・バルミジャーノ・ゴルゴンゾーラ  
・オブセ牛乳で仕込んだ自家製リコッタチーズ  
の4種チーズがとろける美味しさ！  
アレルギー：小麦・乳



マリナーラ  
¥1,180 (税込)

トマトソース、オレガノ、にんにくをのせ  
香りよく焼き上げた伝統的なピッツァ。  
プチトマトをのせフレッシュ感を出しました。

アレルギー：小麦



ツナマヨネーズと  
コーンのピッツァ  
¥1,330 (税込)

お子様に大人気！ツナマヨネーズに  
とろけるモッツアレラチーズ、たっぷりの  
甘いコーン窯で炙り焼きしたベーコンをのせて！  
アレルギー：小麦・乳・卵



八幡屋儀五郎の  
一味サラミピッツァ<sup>Ⓢ</sup>  
¥1,280 (税込)

七味で名高い“根元 八幡屋儀五郎”  
の一味サラミを使用した辛さがたま  
らないピッツァ。チーズなし。  
アレルギー：小麦



地鶏の  
上田美味だれ風と  
モッツアレラのピッツァ  
¥1,580 (税込)

にんにく醤油ベースの信州上田  
ソウルフード“美味だれ焼き鳥”を  
ピッツァにアレンジしました。  
アレルギー：小麦・乳







信州サーモンスモークの  
サラダ仕立てピッツァ ¥1,480  
(税込)

香り豊かにスモークした信州サーモンを新鮮なサラダと合わせピッツァに。信州の豊かな自然が育んだ美味しさです！  
※持ち帰り不可  
アレルギー：小麦・乳



ナポリ風ジェノベーゼと  
モッツアレラのピッツァ ¥1,480  
(税込)

豚肉と玉葱をじっくり煮込んだ“ナポリ風ジェノベーゼ”と、とろけるモッツアレラチーズを合わせた食べごたえのある一枚。

アレルギー：小麦・乳



バンビーノ ¥1,230  
(税込)

トマトソースにたっぷりのコーンとベーコン、クリーミーにとろけるモッツアレラチーズで仕上げたお子様にも好まれるピッツァ。

アレルギー：小麦・乳



お子様  
ラーメンセット ¥650  
(税込)  
大盛不可

お子様  
ラーメン(単品) ¥500  
(税込)  
大盛不可

お子様の好きなハンバーグが付いた小さなラーメンのセットです。ラーメンだけの単品もごさいます。  
アレルギー：小麦・海老・卵・乳  
アレルギー(単品)：小麦



お子様  
カレーセット ¥700  
(税込)  
大盛不可

お子様カレー(単品) ¥500  
(税込)  
大盛不可

お子様が大好きなカレーのセットです。ハンバーグやエビフライも付いたプレートです。  
アレルギー：小麦・海老・卵・乳  
アレルギー(単品)：小麦・乳



お子様  
ざる蕎麦セット ¥500  
(税込)  
大盛不可

ミニざる蕎麦にジュースとゼリーが付いたお得な一品です。

アレルギー：小麦・蕎麦



お子様  
ざるうどんセット ¥500  
(税込)  
大盛不可

ミニざるうどんにジュースとゼリーが付いたお得な一品です。

アレルギー：小麦





キャベツたっぷり  
鉄板おろし  
メンチかつ(単品)  
¥1,000 (税込)

アレルギー：小麦・卵・乳



信州サーモンの  
お造り

¥850 (税込)

アレルギー：小麦



信州名物鮮馬刺し

¥990 (税込)

アレルギー：小麦



特選蓼科豚ロース  
とんかつ  
(単品) ¥1,150 (税込)

アレルギー：小麦・卵



地鶏の油淋鶏(単品)  
¥850 (税込)

アレルギー：小麦



地鶏のから揚げ  
¥800 (税込)

アレルギー：小麦



いくらおろし

¥700 (税込)

アレルギー：小麦



十福特製  
もつ煮(単品)

¥650 (税込)

アレルギー：小麦



地鶏の特製マヨから揚げ  
(単品) ¥830 (税込)

アレルギー：小麦・卵



辛マヨ唐揚げ(辛)  
(単品) ¥850 (税込)

アレルギー：小麦・卵



柔らかないかの  
から揚げ ¥550 (税込)

アレルギー：小麦



辛もつ煮(単品)(辛)

¥690 (税込)

アレルギー：小麦



カレー風味の  
もつ煮(単品)

¥680 (税込)

アレルギー：小麦





地鶏の軟骨から揚げ  
¥550  
(税込)

アレルギー：小麦



青山の味たまご煮  
¥300  
(税込)

アレルギー：小麦・卵



青山の温泉玉子  
¥180  
(税込)

アレルギー：小麦・卵



フライドポテト  
¥400  
(税込)



枝豆  
¥320  
(税込)



明太マヨフライドポテト  
¥480  
(税込)

アレルギー：小麦・卵



モッツアレラチーズの  
天婦羅 ¥680  
(税込)

アレルギー：小麦・卵・乳



金崎さんちのお米の  
かまどご飯 ¥200  
(税込)



金崎さんちのお米の  
かまどご飯  
セット ¥300  
(税込)

アレルギー：小麦

# Alcohol

## ビール



生ビール ザ・プレミアム・モルツ ¥600  
(税込)

生ビール ザ・プレミアム・モルツ 香るエール ¥600  
(税込)

瓶ビール サントリー生ビール中瓶 ¥700  
(税込)

ビアボール ボトル ¥2,400  
(税込)

ビアボール グラス ¥400  
(税込)

ビアカクテル シャンディガフ BEER×ジンジャエール ¥530  
(税込)

ビアカクテル デーゼル BEER×コーラ ¥530  
(税込)

ビアカクテル 沖縄ビア BEER×シークワーサー ¥500  
(税込)

## ノンアルコールビール

オールフリー樽詰 ¥400  
(税込)

ノンアルコール沖縄ビア ¥430  
(税込)



# Alcohol

## サワー



こだわり酒場のレモンサワー	¥380 <small>(税込)</small>
こだわり酒場のレモンサワー 濃いめ	¥430 <small>(税込)</small>
ぶどうサワー	¥420 <small>(税込)</small>
コーラサワー	¥420 <small>(税込)</small>
ホワイトサワー	¥420 <small>(税込)</small>
オレンジサワー	¥420 <small>(税込)</small>
グレープフルーツサワー	¥420 <small>(税込)</small>
シークワーサーサワー	¥420 <small>(税込)</small>

## 信州産フルーツ飲む酢サワー

リンゴ酢サワー	¥420 <small>(税込)</small>
市田柿酢サワー	¥420 <small>(税込)</small>
山ぶどう酢サワー	¥420 <small>(税込)</small>
梅酢サワー	¥420 <small>(税込)</small>

# Alcohol

## チューハイ

ウーロンハイ	¥420 <small>(税込)</small>
JJ (ジャスミン焼酎 × ジャスミン茶割)	¥420 <small>(税込)</small>
JO (ジャスミン焼酎 × ウーロン茶割)	¥420 <small>(税込)</small>

## ウイスキー



角ハイボール	¥500 <small>(税込)</small>
ジムビームハイボール	¥420 <small>(税込)</small>
ジムビーム (メガ) ハイボール	¥780 <small>(税込)</small>
ジムビームコーラ	¥490 <small>(税込)</small>
ジムビームグレープフルーツ	¥490 <small>(税込)</small>



# Alcohol

## 日本酒



### 溪流蔵囲い

1合(熱燗・冷) ¥490  
(税込)

2合(熱燗・冷) ¥980  
(税込)

### 溪流

生貯蔵酒 十福生酒 ¥920  
(税込)

## 焼酎



### 麦焼酎

真田三代 ボトル ¥2,700  
(税込)

真田三代 グラス ¥600  
(税込)

### 芋焼酎

喜代作 ボトル ¥2,900  
(税込)

喜代作 グラス ¥650  
(税込)

## その他



### 五一ワイン

SPECIAL 赤 360ml ¥1,200  
(税込)

SPECIAL 白 360ml ¥1,200  
(税込)

### VART 真田シードル

辛口 375ml ¥1,200  
(税込)

やや甘口 375ml ¥1,200  
(税込)

# Alcohol

## その他

山崎樽梅酒ブレンド 梅酒ソーダ ¥480  
(税込)

翠ジンジャーソーダ ¥490  
(税込)

翠ジンソーダ ¥390  
(税込)

# Drink

## ノンアルコール

オールフリー樽詰 400  
(税込)

ノンアルコール沖繩ビア 430  
(税込)

ノンアルコールでワインの休日 赤 430  
(税込)

ノンアルコールでワインの休日 白 430  
(税込)

まるで梅酒なソーダ割 380  
(税込)

ライムジンジャー 380  
(税込)

シークワサーエール 380  
(税込)

## 信州産フルーツ飲む酢

リンゴ酢スカッシュ 380  
(税込)

市田柿酢スカッシュ 380  
(税込)

山ぶどう酢スカッシュ 380  
(税込)

梅酢スカッシュ 380  
(税込)

## ソフトドリンク

炭酸オレンジジュース 290  
(税込)

炭酸ぶどうジュース 290  
(税込)

カルピスソーダ 290  
(税込)

ウーロン茶 290  
(税込)

ジャスミン茶 290  
(税込)

オレンジジュース(果汁) 290  
(税込)