

鹿肉のメンチカツバーガー



麻炭入り天然酵母のバンズに重ね煮とたかきび入りの鹿のメンチカツと3種の手作りソースをサンドしました。

2,080円

みつる堂
グランドメニュー



猪のすき焼き丼

～平飼い有精卵の半熟卵添え～

薬膳たれが決め手のすき焼き丼です。
和食に合う重ね煮でコクと旨味を引き出しています。
熊本県天草より仕入れた脂が美味しいイノシシ肉です。
滋養メニューとしておすすめ！

1,980円

17時より単品でのご注文も可能です 1,780円

雑穀 コロッケプレート

じゃが芋と基本の重ね煮に稗を加え
もちりとした食感に仕上げました。
スパイスの効いた自家製トマトソースと
グリーンソースをかけてお召し上がりいただけます。
雑穀とお野菜のワンプレートメニューです。
お味噌汁付き

ヴィーガンメニューです

1,980円



鹿カツプレート

熊本県五木村産の鹿モモ肉をドクターフライでサクサクに揚げました。
季節の有機野菜と一緒に召し上がりください。
臭みがなくやわらかいお肉なので、
ジビエに馴染みのない方にもおすすめです。

2,080円



鹿のタコライス

鹿肉と洋食に合う重ね煮を使用したタコミートです。フレッシュトマトのサルサソース、アボカドと一緒に召いただけるボリュームたっぷりの一皿です！

1,980円

17時より単品でのご注文も可能です 1,780円



有機豆腐の
チリトマトソース丼

洋食に合う重ね煮を使用したチリソースです。ドクターフライで揚げたジューシーな有機豆腐の唐揚げと一緒に召し上がりください。※白糸だらもお選びいただけます。

2,080円

17時より単品でのご注文も可能です 1,880円



猪とたかきびの
キーマカレー

自家製スパイスと洋食に合う重ね煮を使用したまろやかで味わいのあるキーマカレーです。熊本県産のイノシシ肉をじっくり炒めています。

1,980円

17時より単品でのご注文も可能です 1,780円



みつる卵の親子丼

秋川牧園の鶏肉を使い、重ね煮で調理しました。自家製発酵飼料で育てられた平飼いの有精卵でふくら包みました。

1,880円

17時より単品でのご注文も可能です 1,680円



猪ボーンスープの
フォー

猪の骨をコトコト煮込んだコラーゲンたっぷりのボーンスープです。猪の肉味噌をトッピングしています。

1,880円

17時より単品でのご注文も可能です 1,580円



猪のアラビータ
古代小麦ペンネ

熊本県産の猪の旨味と洋食に合う重ね煮で深みを出した少し辛めのトマトソースです。自然栽培の古代小麦を低温でゆっくり乾燥させて作るペンネは麦本来の風味が感じられます。

1,980円

17時より単品でのご注文も可能です 1,780円

命のごちそう 和漢ベジSOBA

お茶がスープの茶龍麺 saryumen

ヒハツパウダーは内臓を温めるスパイスで、茶龍麺によく合います。
お好みでおかけください。

【茶葉同源】

古くから日本人に愛されてきたお茶文化。
茶には大切な人をもてなし、心や場を和ませる力があります。
真の美しさを求める女性自身へご褒美の一杯を。

カフェインが少なく
妊婦の方やお子様も
安心して召し上がれ
ます。

【美味しい×優しい×栄養】

栄養まるごと飲み干せるかえしは、化学調味料・白砂糖を使用しない、
植物由来の漢方出汁を使用。

さらに、36種類の薬草がもつすこやかなハーモニーでからだの巡りを調えます。
香りも楽しめる野草和漢茶は、まるやかで上品なスープに仕上がっています。

36種の原材料

クコの実・葉、緑茶、甘草、ハトムギ、ナツメ、ハブ茶、高麗人参、
大麦、カワラケツメイ、ナルコユリ、タンポポの根、昆布、甜茶、
グァバの実、ヤマノイモ、ソルガム、ドクダミ紫蘇葉、桑の葉、
コフキサルノコシカケ、カバノアナタケ、シイタケ、マイタケ、靈芝、
アガリクス、メシマコブ、ウコン、ローズヒップ、ひじき、クマザサ、
サンザシ、カモミール、陳皮、紅花、ヨモギ

【玄米麺】

会津コシヒカリの有機玄米を焙煎した
グルテンフリーの焦がし玄米麺です。
小麦粉不使用、無添加でアレルギーをお持ちのある方
でも安心して召し上がれます。

お茶がスープの茶龍麺

2,080円

平飼い鶏の半熟卵付

2,280円

夏季限定

×ニュー

鮭

の冷や汁



サラダは季節により内容が変更します

鮭の冷や汁

ドクターフライで旨味を逃さずふっくらと素揚げした鮭のほぐし身や夏野菜を焼き味噌と合わせた八方だしでお召しあがりいただきます。ひんやりとした口あたり良い清涼感のある夏季限定の一品です。

たっぷりの薬味野菜をのせて、夏バテ予防「血行促進」「食欲増進」「疲労回復」など身体を健やかにする薬味野菜がたくさん入っております。

美味しさのわけ

- ①鮭は静岡県沼津よりお取り寄せ
- ②味噌はまるみ廻の味噌を使用

夏季数量限定の為、ご注文のタイミングで売切れの場合もございます。スタッフにお声がけください。

1,880円

SWEETS

みつるぷりん

580円

4つのこだわり

卵

こだわりの平飼い卵
時期により仕入れ先を変えています
ご興味ありましたら
スタッフにお聞きください

牛乳

島根県産雲南市
木次パステライズ牛乳

甘み

体に負担の少ない
有機ココナッツシュガー
カラメルのみ有機砂糖を使用

トッピング

有機麻の実ナッツを
低温ローストで香ばしくしたもの



酒粕と木苺の ベイクドケーキ

780円

メープルの甘さだけで
お作りしました

寺田本家の酒粕と豆乳ヨーグルトで作った
プラントベースのケーキです

濃厚なケーキに木苺の甘酸っぱさがアクセント
お好みでメープルシロップをおかけ下さい



米粉の ジンジャーケーキ

680円

カルダモンと生姜の香りが
癖になります

国産生姜、平飼いでストレスなく育った
濃厚な有精卵、玄米粉、甘みは有機ココナッツ
シュガー、豆乳ヨーグルトなどで作った
『心にも体にも優しい』
グルテンフリーのケーキです



季節のスイーツ

スタッフまでお声がけください

お飲み物

温かい

みつるブレンドホットコーヒー 580円

日本に数台しかない高精度な生豆秒速焙煎機で煎った香りが楽しめるコーヒーです。
エスプレッソもできます。

みつるブレンドカフェラテ 680円

木次パスタライズ牛乳を使用したカフェラテです。
奥出雲地方で飼育された健康な牛の牛乳をその自然な風味、そして栄養を生かすために65℃30分間殺菌しています。

宮崎県産みなみさやか 580円

甲斐製茶園さんの釜炒り伝統製法で作られた雑味がなく、爽やかな香りが特徴の紅茶です。

有機生姜の自家製
ホットジンジャー 580円

長崎県産と広島県産の有機生姜を国産蜂蜜で煮込んでいます。
シナモンとのハーモニーをお楽しみください。

有機レモンの自家製
ホットはちみつレモン 580円

黄金の島レモン&国産はちみつ
広島県で自然栽培されたレモンをギュッと手絞りして作りました。

季節の自家製
ホットビネガー 580円

ほどよい酸味とまろやかな味の紀州南高梅と国産蜂蜜とりんご酢で漬け込みました

季節のフレッシュハーブティー 680円

みつる堂で栽培した無農薬ハーブをオリジナルブレンドでご提供します。詳しくはスタッフまで。

兵庫県産マコモ茶 580円

無農薬、肥料は屑大豆と発酵糖団子のみで育てられた兵庫県産の真狐茶です。ノンカフェインで安心して飲めます。また、デトックス効果も高くみつる堂おすすめのお茶です。

冷たい

緑の豆水出しアイスコーヒー 580円

日本に数台しかない高精度な生豆秒速焙煎機で煎った香りが楽しめるコーヒーです。
コロンビア産とブラジル産のブレンドです。

みつるブレンドアイスカフェラテ 680円

木次パスタライズ牛乳を使用したカフェラテです。
奥出雲地方で飼育された健康な牛の牛乳をその自然な風味、そして栄養を生かすために65℃30分間殺菌しています。

宮崎県産ベにふうぎ 580円

甲斐製茶園さんの釜炒り伝統製法で作られた、旨味のある味わいが特徴の紅茶です。

有機生姜の自家製
ジンジャーエール 630円

長崎県産と広島県産の有機生姜を国産蜂蜜で煮込んでいます。
シナモンとのハーモニーをお楽しみください。

有機レモンの自家製
はちみつソーダ 630円

黄金の島レモン&国産はちみつれもんソーダ
広島県で自然栽培されたレモンをギュッと手絞りして作りました。

季節の自家製
ビネガーソーダ 630円

ほどよい酸味とまろやかな味の紀州南高梅と国産蜂蜜とりんご酢で漬け込みました

和歌山県産
手絞りみかんジュース 580円

100年続く伊藤農園さんの無添加、香料、保存料なしの100%手絞りみかんジュースです。

奄美大島 伝統発酵飲料
自家製ミキ

お米とさつまいもで作られた植物性乳酸発酵飲料です。
腸内環境を整えて、美肌効果が期待できます。

ミキ プレーン 680円

ミキ 季節のフルーツ 780円



お酒

ビール

ハートランド 720円
グリーンのボトルが印象的な瓶ビール。
さっぱりとした味わいが特徴的で、さまざまな年代の人々に愛されています。

ドラゴンビール (スカイ/マグマ) 850円
スカイ：のど落ちすっきり、澄んだ味わい。ビールの王様ピルスナー。
マグマ：シャープなホップの苦みと爽やかな香りがクセになるIPL。

宇宙ビール 1,500円
ホップの圧倒的な香りと、濾過を施さない濁りのある外観が最大の特徴。
香り豊かでジューシーな味わいのビールです。種類についてはスタッフまで。

宇宙ビール飲み比べセット 8,888円
宇宙ビールの飲み比べセットになります。
在庫があるとき限りです！！まずはスタッフにお声がけください。

ウイスキー

KOVAL 水割り/ロック 950円
ソーダ割り 1,000円
ジンジャー割り 1,230円

全て有機栽培で作られたオーガニックのみを使用しており、
穀物を直接口に入れて噛み砕いているような、それぞれの穀物の特徴
がはっきりと感じられる深い味わいです。

ジン

KIKKA ソーダ割 1,000円
華やかさとみずみずしさ、そして深みを感じさせてくれるKIKKA GIN。
アルコール度数は59%と一般的なジンより高く、
芯の強さを感じさせる味わいです。

KIKKA&自家製ジンジャーソーダ 1,230円
辛味が効いた自家製ジンジャーで爽やかな味わいに。
一度飲むとクセになります。

ワイン

自然派 赤・白ワイン グラス 880円～
自然派 赤・白ワイン ボトル 4,500円～

自然派 赤【ドメーヌ・デ・ザムリエ 2017】
コンクリートタンクで醗酵、熟成が行われており、果実味がしっかり
していてバランスがよく、タンニンも柔らかく飲みやすい仕上がりに。

自然派 白【ドメーヌ・デ・ザムリエ 2019】
ミネラル、柑橘、黄色と白のフルーツ、鉱物的な香りがある、すっきり
りと軽やかな味わいです。心地よく綺麗な酸があつてとてもバランス良
く纏まっています。安定感のあるピュアな仕上がりにおすすめです！

日本酒

寺田本家 五人娘/小ボトル 1,380円
濃醇で飲み応えのある純米酒です。
酒本来のコクと味をお楽しみください。

寺田本家 醗酵のしずく/小ボトル 1,580円
そのままを味わっていただくため、割り水、ろ過は一切行わず、
一仕込みごとに瓶詰めされているお酒。
仕込み時期によって味の異なる甘酸っぱいお酒です。

熱燗

いづみ橋 秋とんぼ山田錦/1合 1,180円
さつまいものような穀物系の豊かなでふくよかな香り、
低精白の山田錦及び生造りならではの、充実した旨みと軽快ですっきり
とした酸や苦みなどがキレを感じます。

秋鹿 雄町生もと純米原酒/1合 1,280円
伝統的な製法・生もと仕込みで醸された芳醇な純米酒。
火入れ（加熱処理）をし、じっくりと熟成させたまろやかな味わい
です。

玉川 コウノトリ純米吟醸/1合 1,280円
新鮮な果実を思わせる透明感のある旨酸と香りは”玉川らしい旨
味”と玉川には珍しい適度な華やかさ”で、他の玉川とはまた違
った面白みを感じられます。

焼酎

三岳 ロック/水割り/お湯割り 850円
名水と厳選されたさつま芋を原料に白麹で仕込まれています。
まろやかで飲み口のよい芋焼酎です。

三岳 ソーダ割り 900円
さっぱりと三岳を楽しみたいときは、炭酸割りがおすすめ。
炭酸で割ると、加水されたことにより三岳がフルーティな味わいに
変化します。
炭酸の弾ける口当たりもあいまって、爽やかな飲み物に大変身。

三岳&自家製ジンジャーソーダ 1,180円
三岳の芋の香りと辛味が効いた自家製ジンジャーとの相性抜群です。

自家製梅酒

梅酒 ロック/水割り/お湯割り 900円
ソーダ割り 950円

思わぬ類張りとなる大きな紀州の南高梅が丸ごと一粒入っています。
どうぞ果肉まで味わってください。

