レストラン

はなしのぶ

Menu

ごあいさつ

レストラン『はなしのぶ』をご利用いただき
ありがとうございます。
レストラン『はなしのぶ』では、
ゆったりとした環境の中で健康増進や
生活習慣病に向けて休養・療養するとともに
食での養生を頂くために、
体にやさしくバランスの良い食事など、
薬膳の考え方を取り入れたメニューの他、
各種メニューをご用意しました。
本来の薬膳では、季節や個人の体調に合わせて
料理するものでありますが、
「薬食同源」の考え方を取り入れ、
食材の性質や効能表示をさせて頂いています。
日々の暮らしの中での気付きを通して、
少しでもお役に立てれば幸いです。

株式会社 トップオブ釧路
総料理長 高橋 成明
国際薬膳食育師3級(薬膳マイスター)
JADP認定 雑穀マイスター
JADP認定 ベジタブル&フルーツアドバイザー

セットメニュー

※うどんとソバは、同じ調理機器を使用しています。
麺類の調理機器は、うどん・ソバ用の調理機器と隣接しています。

▼表示価格には、消費税・サービス料が含まれます。
▼写真と内容が変わる場合がございます。

はなしのぶセット

- 野菜の小鉢
- 天婦羅盛合わせ
- 自家製もちもち水餃子
  青紫蘇ドレッシングで
- ズワイガニと玉子のあんかけご飯
- 小ざるそば

2,300円

華膳（はなぜん）

- 野菜の小鉢
- 天婦羅の盛り合わせ
- ズワイガニと野菜の玉子炒め
- 舞茸の土瓶蒸し
- ご飯、香の物

1,500円

湯けむりセット

- 天重
- 小ざるそば
- 香の物

1,400円

セットドリンク　280円

お食事を利用の方のみのご提供とさせて頂きます。

コーヒー(アイス・ホット)・ハーブティー
紅茶・コーラ・ウーロン茶
牛乳(アイス・ホット)

▼カロリーの数値は「日本食品標準成分表2015(七訂)」に基づき計算しておりますが、内容変更や季節などの諸事情によって変わる場合がございます。お食事される際の目安としてご利用下さい。

ご飯少なめ、塩分控えめをご希望の方はお申し付け下さい。

▼表示価格には、消費税・サービス料が含まれます。
▼写真と内容が変わる場合がございます。

釧路ザンタレセット

ご飯・香の物・味噌椀

1,250円

釧路ザンギセット

ご飯・香の物・味噌椀

1,250円

天丼

香の物・味噌椀

980円

チキンカツセット

ご飯・香の物・味噌椀

980円

▼カロリーの数値は「日本食品標準成分表2015(七訂)」に基づき計算しておりますが、内容変更や季節などの諸事情によって変わる場合がございます。お食事される際の目安としてご利用下さい。

めん類・ご飯もの

ご飯少なめ、塩分控えめをご希望の方はお申し付け下さい。

▼表示価格には、消費税・サービス料が含まれます。
▼写真と内容が変わる場合がございます。

五目あんかけ焼きそば

1,200円

五目かけご飯 （スープ付）

1,200円

海老あんかけ焼きそば

1,200円

海老あんかけご飯 （スープ付）

1,200円

ふわとろエビチリ天津飯 （スープ付）

1,200円

醤油ラーメン	900円
醤油チャーシューメン	1,350円

塩ラーメン	900円
塩チャーシューメン	1,350円

お食事にプラス

お食事を利用の方のみのご提供とさせて頂きます。

大盛り（麺・ご飯）	150円
（麺70g 197kcal・ご飯70g 118kcal）	
ご飯セット 401kcal ご飯（220g）・香の物・味噌椀	400円
ご飯（220g）・香の物 375kcal	300円
ご飯 小（120g） 168kcal	150円

▼カロリーの数値は「日本食品標準成分表2015（七訂）」に基づき計算しておりますが、内容変更や季節などの諸事情によって変わる場合がございます。お食事される際の目安としてご利用下さい。

※うどんとソバは、同じ調理機器を使用しています。
麺類の調理機器は、うどん・ソバ用の調理機器と隣接しています。

▼表示価格には、消費税・サービス料が含まれます。
▼写真と内容が変わる場合がございます。

海老と野菜の天ざる蕎麦

1,250円

海老天そば　980円

※写真は大ざるです。

ざるそば　700円

大ざる　850円

稲荷寿司（2貫）　300円

単品・お子さまメニュー

北海道産
フライドポテト　380円

お子様ランチ（ジュース付）
※チャーハンは国産米を使用しています。
850円

釧路ザンギ５個　650円

キャベツとわかめの
ごまたっぷりサラダ
（青紫蘇ドレッシング）　400円

▼カロリーの数値は「日本食品標準成分表2015（七訂）」に基づき計算しておりますが、内容変更や季節などの諸事情によって変わる場合がございます。お食事される際の目安としてご利用下さい。

公式ホームページ

Instagram

REFREYAMAHANA

Drink Menu - soft drinks -

ホットドリンク

コーヒー	450円
紅茶	450円
ハーブティー	450円
ホットミルク	400円

フロート＆デザート

クリームソーダ	500円
コーラフロート	500円
ナポリンフロート	500円
コーヒーフロート	500円

クラッシュコーヒーゼリー	400円
クラッシュゼリー＆アイス	500円
バニラアイス	450円

コールドドリンク

アイスコーヒー	450円
アイスカフェオレ	500円
アイスミルク	400円
オレンジジュース	450円
カルピス	450円
カルピスソーダ	450円
リボンナポリン【北海道限定】	450円
コーラ	450円
ウーロン茶	450円
メロンソーダ	450円

リフレ限定

トマトジュース

大サイズ	430円
小サイズ	330円

石井農園さんのトマトを使用しています

レストラン はなれのぶ

※料金には消費税・サービス料が含まれております

Drink Menu - alcohol & nonalcoholic-

ビール

サッポロ樽生（中ジョッキ）	850円
サッポロ樽生（グラス）	590円
アサヒエクストラコールド	850円
瓶ビール（中瓶）	970円

ノンアルコール（ビールテイスト飲料）

アサヒ ドライゼロ	640円

日本酒

釧路の地酒

福司　純米酒　（1合）　700円

濃厚にしてすっきりと、
バランスのとれた味わいが特徴のお酒です。

根室の地酒

北の勝　大海　（300ml）1,000円

のどごし爽やかで、端麗好風味。
女性にも気軽に楽しんでいただけます。

焼酎

紫蘇焼酎 鍛高譚 【白糖産紫蘇使用】

グラス	550円
ボトル	3,100円

芋焼酎 黒霧島（宮崎県）

グラス	600円
ボトル	3,600円

鏡月グリーン（20度）

グラス	500円
ボトル	2,750円

ワイン

グラスワイン（スペイン産）赤・白	650円
トカップ（ハーフボトル）赤・白	各1,850円
ふらのワイン（フルボトル）赤・白	各4,100円

ウィスキー

スーパーニッカ　シングル	580円
トリスハイボール	530円
コークハイボール	560円

サワー＆リキュール

レモンサワー	580円
カルピスサワー	580円
ウーロンハイ	580円
ナポリンサワー【北海道限定】	580円
梅酒（ストレート・ロック・ソーダ割）	各580円

レストラン はなれのぶ

※料金には消費税・サービス料が含まれております