

TUCKER & BEVVY

////////// PICNIC FOOD

ランチ/ディナーパニーニ

ペストチキン モッツアレラチーズ, トマト.....	9.85
ターキークラブ ベーコン, トマト, スイスチーズ, ほうれん草, グリーンゴッデスドレッシング, サワードウブレッド.....	9.85
ベジ (野菜) スタック なすび, さつまいも, ズッキーニ, ピーマン, プロボロンチーズ, バジルのペストソース, オーガニック発芽雑穀パン *ナッツ.....	9.85
ハム+スイスチーズ フランスパン.....	9.85
カプレーゼ オープンでローストしたトマト, フレッシュモッツアレラチーズ, バジルのペストソース, フランスパン.....	9.85
ローストビーフ パルサミコオニオン, オープンでローストしたトマト, プロボロンチーズ, 西洋ワサビソース, フランスパン.....	9.85

日替わりスープ.....	6.5
--------------	-----

サンドイッチ (オーガニック発芽雑穀パン) & ラップサンドイッチ (冷製)

チキンサラダ BLT サンドイッチ マヨネーズ+セロリ, アップルウッドベーコン, トマト, オーガニックグリーン.....	8.95
カレーチキンサンドイッチ マヨネーズ, レズン+アーモンド, 人参, オーガニックグリーン *ナッツ.....	8.95
ターキーランベリーサンドイッチ オーガニックグリーン.....	8.95
ターキーペストサンドイッチ モッツアレラチーズ, トマト.....	8.95
ターキー + プロボロンチーズサンドイッチ マヨネーズ.....	8.95
オージーサラダサンドイッチ フムス, トマト, 人参, きゅうり, ビーツ, オーガニックグリーン, スイートチリソース (ビーガン).....	8.95
ハワイ産の卵のサラダサンドイッチ マヨネーズ, オーガニックグリーン.....	8.95
ハム+ハワイ産の卵サラダのサンドイッチ.....	8.95
ハムとレタスとトマトのサンドイッチ オーガニックグリーン, トマト.....	8.95
ベーコンとレタスとトマトのサンドイッチ オーガニックグリーン, トマト.....	8.95
ツナサラダサンドイッチ オーガニックグリーン, トマト.....	8.95
ターキー+グリーンラップサンドイッチ ターキー, オーガニックグリーン, アボカドグリーンゴッデスドレッシング.....	7.5
バターナッツスクワッシュ+フムスのラップサンドイッチ ピスタチオ入り自家製デュカ, ローストしたパプリカ, オーガニックグリーン *ナッツ.....	7.5
ローストビーフのラップサンドイッチ ローストビーフ, ポテトサラダ, ほうれん草, トマト, 西洋ワサビ.....	7.5
チキンBLT (ベーコン, レタス, トマト) のラップサンドイッチ マヨネーズ, セロリ, プチトマト, オーガニックグリーン.....	7.5
カレーチキンのラップサンドイッチ マヨネーズ, レズン+アーモンド, 人参, オーガニックグリーン *ナッツ.....	7.5
ベーコンとレタスとトマトのラップサンドイッチ オーガニックグリーン, トマト.....	7.5
ターキー + プロボロンチーズのラップサンドイッチ オーガニックグリーン, トマト.....	7.5
ハム + スイスチーズのラップサンドイッチ オーガニックグリーン, トマト.....	7.5
スパイシーエッグプラントのラップサンドイッチ ナスビ, クスクス, オーガニックグリーン, 人参.....	7.5
グreekサラダのラップサンドイッチ ひよこ豆のファラフェル, オーガニックグリーン, キヌアタプリ, フェタチーズ, 赤玉ねぎ, トマト, きゅうり, カラマタオリーブ.....	7.5

グリーンサラダ (グルテンフリー, オーガニックグリーン)

アーモンドチキンサラダ フレッシュミント, 人参, プチトマト, きゅうり, 赤キャベツ, 胡麻, アジア風味ドレッシング, *ナッツ.....	10.5
チキンチョップドサラダ ベーコン, 卵, モントレージャックチーズ, プチトマト, きゅうり, アボカドグリーンゴッデスドレッシング.....	10.5
ケールスクワッシュサラダ ローストしたバターナッツスクワッシュ, キヌア, レズン豆, たまりシード, レモンドレッシング (ビーガン).....	10.5
ビーツフェタ (チーズ) ウォルナッツサラダ 人参, きゅうり, プチトマト, 赤キャベツ, オレンジジンジャーピネガードレッシング *ナッツ.....	10.5
地中海風チキンサラダ チキンシャルマ, きゅうり, トマト, キヌアタプリ, フェタチーズ, レモンタヒニドレッシング.....	10.5
グreekサラダ ひよこ豆のファラフェル, オーガニックグリーン, キヌアタプリ, フェタチーズ, 赤玉ねぎ, トマト, きゅうり, カラマタオリーブ, レモンドレッシング.....	10.5
ツナサラダ ひよこ豆のファラフェル, オーガニックグリーン, トマト, きゅうり, ピネガードレッシング.....	10.5

ディップ/ディップ&オーガニックベビーキャロット フムス/燻製ゴーダチーズ/スパイシーエッグプラント (ナスビ) /自家製ランチドレッシング/ほうれん草.....	5.5
クルディテ.....	4.5

TUCKER & BEVVY

////////// PICNIC FOOD

サイドサラダ

アジアライスヌードル チキン, フレッシュミント, 人参, きゅうり, トマト, ピーナッツ, 胡麻, アジア風味ドレッシング *ナッツ (グルテンフリー)	8.95
そば オーガニック豆腐, 味噌と一緒にローストしたブロッコリー, 枝豆, 胡麻, 新玉ねぎ, ポン酢ドレッシング (ビーガン)	8.95
オーガニックパスタ+バジルのペストソース フレッシュモzzarellaチーズ, プチトマト	8.95
レンズ豆+グレイنبowl キヌア, レンズ豆, ケール入りファロ (スペルト小麦) サラダ, 赤キャベツ, 人参, アーモンド, レーズン, ねぎ, オレンジジンジャービネガードレッシング	8.95
ポテトサラダ ジャがいも, ハワイ産の卵, 赤玉ねぎ, ケッパー, マヨネーズ	8.95

朝食サンドイッチ & ラップサンドイッチ...放し飼いの鶏によるハワイ産オーガニック卵使用

ベーコンエッグ+CHEDDARチーズ サワードウブレッド	7.5
ハムエッグ+スライスチーズ サワードウブレッド	7.5
オーガニックほうれん草エッグ+プロボロンチーズ オーガニック発芽雑穀パン	7.5
ハムCHEDDARチーズ トマト フランスパン	7.5
3種のチーズ+トマト チェダーチーズ, モzzarellaチーズ, プロボロンチーズ, ローストしたトマト, サワードウブレッド	7.5
ビッグブレッキーラップサンドイッチ 燻製ベーコン, チキンソーセージ, ス克蘭ブルエッグ, ジャがいも, チーズ, ほうれん草, サルサ	9.5
ブラックファーストブリート ベジタリアンチリ, ス克蘭ブルエッグ, ジャがいも, チーズ, ほうれん草, サルサ	9.5
お子様用グリルチーズサンドイッチ モzzarellaチーズ, チェダーチーズ, 全粒粉パン	4
スモークサーモンのベーグル クリームチーズ, ケッパー, レモン (オーガニック発芽雑穀パンに変更可)	11
スマッシュアボカドのトースト ハワイ産アボカド, ピスタチオ入り自家製デュカ, オーガニック発芽雑穀パン, レモン	9.5

ヘルスポウル *ナッツ

オーガニックアサイー 新鮮フルーツ, 自家製オーガニックグラノーラ, チアハウピア (チアシード&ココナッツピューレ)	10.5
グリーンバナナ (オーガニックケール+ほうれん草) 新鮮フルーツ, 自家製オーガニックグラノーラ, チアハウピア (チアシード&ココナッツピューレ)	10.5

新鮮フルーツ/フルーツパフェ ヨーグルト, 自家製オーガニックグラノーラ 5.5/6.5

自家製バイクドアイテム (焼き菓子)

チョコレート入りバナナブレッド/マカダミアナッツ入りマンゴーブレッド *ナッツ/リトルビューティー/ダブルチョコレートブラウニー	4.5
--	-----

コールドプレスジュース 16oz/約 475ml ボトル入り

リーングリーン パイナップル, ケール, ほうれん草, パセリ, きゅうり, セロリ, 生姜	8.5
ゲッチャグリーンズ ロメインレタス, ケール, ほうれん草, パセリ, きゅうり, セロリ, 生姜, レモン	8.5
サンライズ 人参, パイナップル, 生姜, ウコン	8.5
テンプル パイナップル, 生姜, ウコン, ブラックペッパー	8.5
ピンクレモネード レモン, ビーツ, 蜂蜜, 濾過水	8.5
パイナップル ハワイ産パイナップル	8.5
スイカ ハワイ産スイカ	8.5
追加ショット 2oz/約 60ml 生姜, ウコン&生姜, ビーツ	3

新鮮フルーツのスムージー 12oz/約 355ml

グリーンパラダイス バナナ, オーガニックほうれん草+ケール, ココナッツミルク, りんごジュース	5.95
トロピカルストーム マンゴー, パイナップル, バナナ, パイナップルジュース	5.95
ベリーベリー いちご, ブルーベリー, ラズベリー, りんごジュース	5.95
ピニャコラーダ パイナップル, バナナ, ココナッツミルク, パイナップルジュース	5.95
サンセット パパイア, いちご, マンゴー, りんごジュース	5.95
トリプルバナナ バナナ, バナナ, バナナ, りんごジュース	5.95