

# 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 バルサミコオニオン, 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.....                            | 8.99 |
| カレーチキンサンドイッチ マヨネーズ, レーズン+アーモンド, 人参, オーガニックグリーン *ナッツ.....                                  | 8.99 |
| 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.....   | 8.99 |
| 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.....   | 8.99 |
| ターキー + プロボロンチーズサンドイッチ マヨネーズ.....  | 8.99 |
| 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, ピーツ, オーガニックグリーン, スイートチリソース (ビーガン).....                  | 8.99 |
| 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.....   | 8.99 |
| ハム+ハワイ産の卵サラダのサンドイッチ.....  | 8.99 |
| 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.....  | 8.99 |
| 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.....  | 8.99 |
| ツナサラダサンドイッチ オーガニックグリーン, トマト.....  | 8.99 |
| 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, レーズン+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  |
| ギリーク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, レーズン豆, たまりシード, レモンドレッシング (ビーガン).....                 | 10.5 |
| ピーツフェタ (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ビ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 |
| ギリークサラダ 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, ビ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) .....                 | 8.99 |
| 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) .....                                | 8.99 |
| オーガニックパスタ+バジルのペストソース フレッシュモツアレラチーズ, プチトマト.....   | 8.99 |
| 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..... | 8.99 |
| 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.....   | 8.99 |

## 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+チェダーチーズ サワードウブレッド.....   | 7.5 |
| ハムエッグ+スイスチーズ 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 |
| ハムチェダーチーズ 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, モツアレラチーズ, 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 |
| ビッグブレッキール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 |
| ブレ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 モツアレラチーズ, 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 |
| テンブル 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 |