

# 平日 LUNCH

## AVOCADOランチのこだわり

ミニフレッシュジュース&本日のスープ付

最高品質のプレミアムリッチなアボカドを使用

ご飯は全て十六穀米を使用

ミニフレッシュジュース in チアシード

調理オイルは100%ピュアオリーブオイル使用

マーガリン不使用

マヨネーズはとれたて3日以内の卵を使用

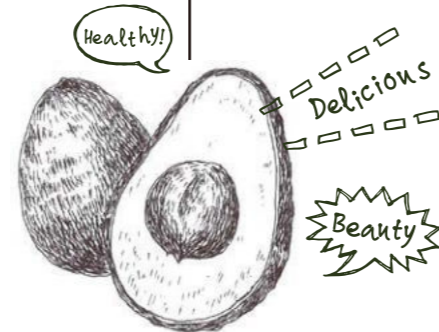
手間暇かけた自家製調理

### 「食べる美容液」アボカド

「世界一栄養価の高い果物」としてギネスブックにも公式認定されているアボカド。その果肉には脂肪分が約16%含まれていますが、アボカドの脂肪分は不飽和脂肪酸といい、オレイン酸、リノール酸にはコレステロールを下げる効果があります。このほかにもカリウム、ビタミンE、ビタミンB群や食物繊維などを含むことから、アボカドは「食べる美容液」とも呼ばれます。

### 最高品質のアボカドを召し上がれ

AVOCADOで使用しているアボカドは、栽培段階から日本企業が管理を行ない、不飽和脂肪酸を多く含むものだけを厳選したとても高品質なアボカドです。その大きさは市販アボカドの1.3倍!! さらに本当においしいアボカドを味わっていただくために、AVOCADOでは食べるのに最適な状態で入荷したものだけをみなさまに提供しています。



AVOCADO名物! 手間暇かけた  
十六穀米タコライス  
1000yen +TAX

ヘルシーな十六穀ご飯をつかったタコライスに、  
とろーり温泉たまごをのせた大人気プレート!  
<ごはん大盛無料>



TVで話題の  
アボカドとエビマリネの  
十六穀米ボウル  
1000yen +TAX

贅沢なコクと濃厚な味わいが自慢の高品質アボカドを  
たっぷり1/2個つかったおいしくて健康的なメニュー!  
<ごはん大盛無料>



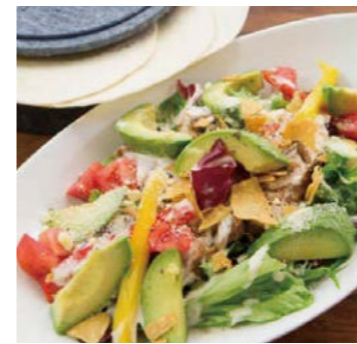
メキシカン定番! 本場コーントルティーヤの  
タコスプレート  
1000yen +TAX

メキシコの定番料理!  
トルティーヤでぐるっと具材を包み、  
お好みでサルサを加えて召し上がれ。  
<トルティーヤ付き>



熱々メキシカンスパイス香る  
チキンファヒータ  
1000yen +TAX

「ファヒータ」とは細いものという意味。  
アツアツの鉄板にのったたっぷり野菜とジューシーなチキンを  
トルティーヤで巻いてガブッと召し上がりください。  
<トルティーヤ付き>



So, beauty, so, healthy.  
アボカドシーザー  
サラダランチ  
1000yen +TAX

メキシコ生まれのシーザーサラダ! もりもりの  
アボカド×たっぷり野菜×チキンのサラダメインの  
ヘルシーメニューです。<トルティーヤ付き>



メキシコと和のコラボレーション!  
まぐろとサーモンの  
バラチラシボウル  
1100yen +TAX

まぐろ、サーモンをわさび醤油であえた、間違いナシのおいしさ!  
隠し味のしば漬けがアクセントになって、  
心弾むバラチラシです。見た目も彩り鮮やか♪  
濃厚でまろやかなアボカドと一緒に召し上がれ!  
<ごはん大盛無料>



US産赤身肉とアボカドとサルサの  
ローストビーフ丼  
with 半熟卵  
1100yen +TAX

US産の脂肪分の少ない赤身肉にトマトのサルサと  
ふちふちの食感がくせになるとびっこをかけた。  
さらに濃厚なアボカドと半熟卵を、On The Beef!!  
一口目はまず赤身肉でアボカドを巻いて召し上がれ♪  
<ごはん大盛無料>

### ドリンク

#### A ランチドリンク +100yen +TAX

- 南米ブレンドコーヒー [ホット / アイス]
- ハイビスカスティー [ホット / アイス]
- オレンジジュース
- グレープフルーツジュース

#### B ランチアルコール各種

- ランチビール・・・300yen+TAX
- ランチワイン (赤・白・スパークリング)・・・500yen+TAX
- メキシコビール・・・700yen~+TAX

#### C ハーブティー各種 +250yen +TAX

- オーガニックブラックティー [ホットのみ]  
芳醇でしっかりとした味わいの紅茶です
- ワイルドハイビスカスベリー [ホットのみ]  
(ハイビスカス / エルダーベリー / ブルーベリー / ストロベリー)



※ハーブティーはポットでご提供いたします。

### サイドメニュー

- アボカド1/2個増量 +220yen +TAX
- サボテン入りサラダ +300yen +TAX
- ミニデザート +200yen +TAX

# 休日 LUNCH SET MENU

アボカド1/2個増量 +220yen +TAX

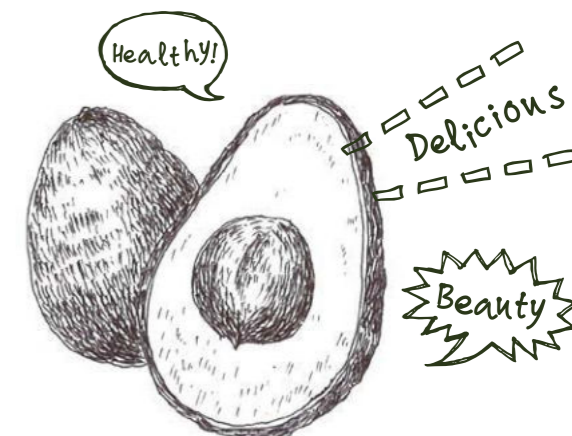
おかわりトルティーヤ(1枚) +100yen +TAX

## 「食べる美容液」アボカド

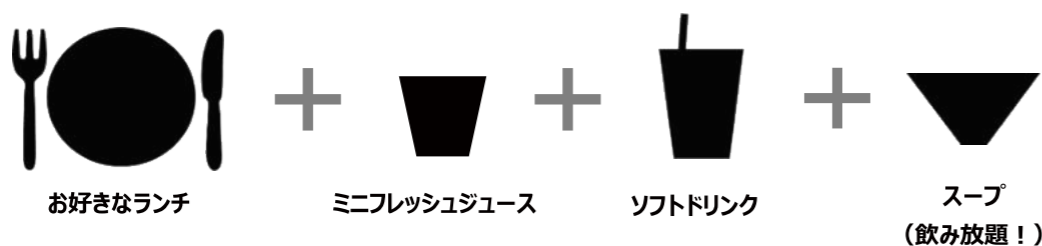
「世界一栄養価の高い果物としてギネスブックにも公式認定されているアボカド。その果肉には脂肪分が約16%含まれていますが、アボカドの脂肪分は不飽和脂肪酸といい、オレイン酸、リノール酸にはコレステロールを下げる効果があります。このほかにもカリウム、ビタミンE、ビタミンB群や食物繊維などを含むことから、アボカドは「食べる美容液」とも呼ばれます。

## 最高品質のアボカドを召し上がれ

AVOCADOで使用しているアボカドは、栽培段階から日本企業が管理を行ない、不飽和脂肪酸を多く含むものだけを厳選したとても高品質なアボカドです。その大きさは市販アボカドの1.3倍!!さらに本当においしいアボカドを味わっていただくために、AVOCADOでは食べるのに最適な状態で入荷したものをだけをみなさまに提供しています。



## A.ドリンクセットランチ



### A.ソフトドリンク

- ブレンドコーヒー[ホット/アイス]
- ハイビスカスティー[ホット/アイス]
- ウーロン茶
- オレンジジュース
- グレープフルーツジュース

## B.アルコールセットランチ



### B.アルコールドリンク

- ランチビール(プレミアムモルツ)
  - ワイン[赤 / 白 / スパークリング]
- ※2杯目 +300yen +TAX



AVOCADO名物!手間暇かけた  
**十六穀米タコライス**

ヘルシーな十六穀ご飯をつかったタコライスに、とろーり温泉たまごをのせた大人気プレート!  
<ごはん大盛無料>

A.【ドリンクセット】 1400yen +TAX  
B.【アルコールセット】1600yen +TAX



メキシカンの定番!本場コーントルティーヤの  
**タコスプレート**

メキシコの定番料理!  
トルティーヤでぐるっと具材を包み、お好みでサルサを加えて召し上がれ。  
<トルティーヤ付き>

A.【ドリンクセット】 1400yen +TAX  
B.【アルコールセット】1600yen +TAX



TVで話題の  
**アボカドとエビマリネの十六穀米ボウル**

贅沢なコクと濃厚な味わいが自慢の高品質アボカドをたっぷり1/2個つけたおいしくて健康的なメニュー!  
<ごはん大盛無料>

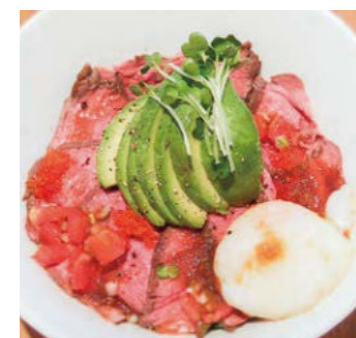
A.【ドリンクセット】 1400yen +TAX  
B.【アルコールセット】1600yen +TAX



メキシコと和のコラボレーション!  
**まぐろとサーモンのバラチラシボウル**

まぐろ、サーモンをわざわざ醤油であえた、間違いないのしほの旨み。隠し味のしば漬けがアクセントになって、心弾むバラチラシです。見た目も彩り鮮やか♪濃厚でまろやかなアボカドと一緒に召し上がれ!  
<ごはん大盛無料>

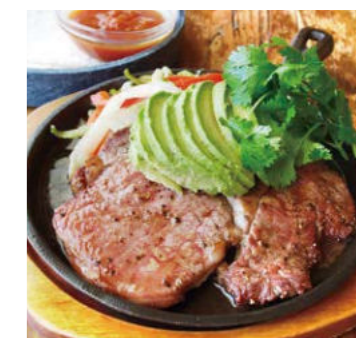
A.【ドリンクセット】 1500yen +TAX  
B.【アルコールセット】1700yen +TAX



US産赤身肉とアボカドとサルサの  
**ローストビーフ丼 with半熟卵**

US産の脂肪分の少ない赤身肉にトマトのサルサとぶちぶちの食感がくせになるとびっこをかけた。さらに濃厚なアボカドと半熟卵を、On The Beef!!一口目はまず赤身肉でアボカドを巻いて召し上がれ♪  
<ごはん大盛無料>

A.【ドリンクセット】 1500yen +TAX  
B.【アルコールセット】1700yen +TAX



熱々メキシカンスパイス香る  
**ビーフステーキファヒータ**

アツアツの鉄板にのったたっぷり野菜とジューシーなビーフをトルティーヤで巻いてガブッと召し上がりください。  
<トルティーヤ付き>

A.【ドリンクセット】 1700yen +TAX  
B.【アルコールセット】1900yen +TAX

■メキシコビール 700yen~ +TAX  
・コロナ ・ネグラモデロ ・テカテ ・モデロエスペシャル など

■サボテン入りシーザーサラダ 300yen +TAX

■デザート(本日のケーキ) +100yen +TAX

※単品ドリンクはスタッフまでお声掛けください

※当店のお米はメキシカンに合うアメリカ産のお米を使用しております