

DINNER MENU



ZEN ROOMの薬膳鍋は、国産烏骨鶏や『季節に応じて漢方薬剤師が調合した18種類の漢方食材』から、じっくり時間をかけて抽出した薬膳スープをベースに「デトックス火鍋スープ」「美肌豆乳スープ」「疲労回復 烏骨鶏スープ」「季節の薬膳スープ」の4種類をご用意いたしました。毎回違う味をお楽しみいただけますよう、お好みやその時の体調に応じて、4種類のスープの中から2種類をお選びいただけます。薬膳が苦手な方にも食べやすい味噌などの調味料も使用しております。また、抽出した18種類の漢方食材以外に、クコ、夏草花、陳皮、棗、八角、山椒、生姜など丸ごと入っており、八角以外はお召し上がりいただけます。

薬膳鍋

※2名様より

お1人様 **¥2,180**

お好きなスープを2種類お選びください

疲労回復 国産烏骨鶏スープ



追加スープ ¥300

フコクイ
上品な味で、食材の味をより堪能いただけます。疲労回復効能として、高麗人参、当帰など、丸ごと漢方食材は、他スープのものに加え、美肌効果の松の実、干し鰯、気を養う蓮の実が入っています。♫に春雨麺や米麺入れると相性が◎

デトックス 火鍋スープ



追加スープ ¥400

唐辛子や山椒など、身体の芯から温め、デトックス効果が期待できるスープです。八丁味噌などで味付けしており、食べやすく仕上がっております。♫に春雨麺や米麺との相性が◎

辛味1 (ピリ辛) + ¥0 辛味4 (激辛) + ¥60
辛味2 (中辛) + ¥20 辛味5 (天辛) + ¥80
辛味3 (大辛) + ¥40 辛味6 (極辛) + ¥100

美肌豆乳スープ



追加スープ ¥400

豆乳、西京味噌、白ゴマなどがベースになっております。イソフラボンをはじめとした美肌に良い成分がたっぷり含まれております。十五穀米との相性最高で、クリーミーなりゾットのような感じです！

春のデトックススープ

限定5食



追加スープ ¥400

春は、冬に溜め込んだ毒素をデトックスし、免疫を調整する季節。蜂蜜 & 桂皮の最強コンビで様々な効能が期待。紫蘇、菜の花、蚕豆、菠薐草などの緑野菜をベースに、春の爽やかなスープを作りました。十五穀米との相性が◎

追加具材

九州輝北豚 ¥450

疲労回復 デトックス

疲労回復・デトックス効果絶大

キノコ盛合せ ¥450

美肌力 免疫力

低カロリー、食物繊維、美肌・脂肪燃焼効果

野菜盛合せ ¥450

美肌力 デトックス

豊富な種類のビタミン、ミネラルや食物繊維を

国産烏骨鶏つくね 限定5食 ¥600

疲労回復 美肌力

高級国産烏骨鶏を贅沢に！

天使の海老しゃぶしゃぶ (1尾) ¥350

美肌力 免疫力

詳しい内容はスタッフまでご確認ください

フカヒレ (ハーフ) ¥750 (お得) ¥1,400

美肌力 免疫力

肌に嬉しいコラーゲンやコンドロイチン豊富

春雨麺 ¥220

さつまいも粉を使ったローカロリー麺

米麺 (中細/平麺) ¥220

ヘルシーな米粉麺

十五穀米 ¥330

特に美肌豆乳スープとの相性は格別

※ 薬膳アミューズ代として、お1人様340円頂戴いたします。 ※ 価格は全て税抜表示となっております

DINNER MENU



好きなスープ、麺、具材を選んで作る

健彩麺 ¥1,000

塩麹酢ナムル付

増し (1.5倍)

麺 +¥100

具材 +¥250

※ 薬膳アミューズ代として、お1人様340円頂戴いたします。

薬膳理論に基づいて、美容と健康に嬉しい栄養素がたっぷり入った麺料理です。「もっと気軽に薬膳を」というコンセプトで生まれました。スープは栄養価値が高く「全身が宝」と言われる国産烏骨鶏を長時間かけて栄養素を抽出。麺は、ヘルシーな春雨麺や米麺を選択いただけます。具材は、身体の状態に合わせて選べる野菜やキノコなど12種類ほど入っています。油脂をできるだけ取除いているので、健彩麺は、セットでたった280kcal。にも関わらず「腹持ちが良い!」とご好評いただいています。

好きなスープ、麺、具材をお選びください

※具材の本日の食材は店内の掲示をご覧ください

スープ

① 烏骨鶏スープ

貴重な国産烏骨鶏や十数種類の漢方食材を時間をかけて煮込んださっぱりとしたスープ。

② 麻辣湯(マーラータン)

烏骨鶏スープに、唐辛子や山椒を加え、ほどよい「辛味」と「しびれ」をプラスしました。

辛味1 (ピリ辛) + ¥0

辛味2 (中辛) + ¥20

辛味3 (大辛) + ¥40

辛味4 (激辛) + ¥60

辛味5 (天辛) + ¥80

麺

① 春雨麺

もちもちとした、さつまいも粉をメインとしたローカロリー麺。

② 米麺(中細)

ヘルシーな米粉麺。さっぱりと食べたいときにおすすめ。

③ 米麺(平麺)

ヘルシーな米粉麺。フォー麺がお好きな方に。

具材

① 美肌効果

肌や髪を健康にするビタミンAや利尿作用や造血作用を持つ食材です。

② デトックス効果

整腸作用のある食物繊維や肝臓に解毒を促進する食材です。

③ 疲労回復効果

スタミナアップのタウリン、疲労回復のビタミンB群など、疲労物質の輩出を促すビタミンEやムチンが入った食材です。

④ 冷え性解消効果

血行をよくし、体内の余分な水分を排出し、肝機能をアップする食材です。

DINNER MENU

薬膳タパス

※約2名様の分量です(酔っ払い海老、飲茶を除く)

酔っ払い海老(高級天使の海老) 1尾

美しい海で育った“天使の海老”をプリプリのまま紹興酒風味で

疲労回復 美肌力 デトックス

いろいろキノコの薬膳ピクルス

さっぱりと美味しくお召し上がりいただけます

疲労回復 美肌力 デトックス 痩身

いろんな薬味山盛り豆腐 薬膳仕立て

色々な薬味とオクラを細かくし、お豆腐にたっぷり乗せました

美肌力 デトックス

塩麹酢ナムル“干しダラ和え”

美肌韓国料理で人気のブゴグ干しダラを使用したナムルです

美肌力

排毒黒きくらげの麻辣 辛痺れ和え

山椒のぴりっとしびれる辛さと食感のいい黒きくらげとの相性が抜群

デトックス

春
限定

春のヤムウンセン

～もちもち春雨と海鮮さっぱりタイ風サラダ～

チリソース、レモンやパクチーが入ったエスニック系さっぱりピリ辛サラダ

デトックス

NEW

春
限定

菜の花とホタルイカの水餃子4包

～薬膳スープに浮かべて～

菜の花とホタルイカを餃子皮で包みました

デトックス アンチエイジング 疲労回復

NEW

ALL ¥390



いろいろキノコの薬膳ピクルス



排毒黒きくらげの麻辣 辛痺れ和え



春のヤムウンセン

燻製サーモンと湯葉の生春巻き

燻製サーモンの香ばしさと漢方食材「金針菜」が美味

アンチエイジング

3色飲茶

極上小籠包、翡翠蒸餃子、海鮮星包を1コずつ

疲労回復

15品目のアボガドサラダ

旬な葉野菜、根野菜、漢方食材などバランスがよく15種類入ってます

美肌力 デトックス

極み鳥とじゃがいもの漢方黒酢あん

極み鳥を酢豚風に調理。黒酢がアクセントになってヘルシー&美味

美肌力 疲労回復

薬膳スープで炊いた豚角煮

18種類漢方食材入り薬膳スープでじっくり炊いた豚の角煮です

疲労回復 デトックス



燻製サーモンと湯葉の生春巻き



薬膳スープで炊いた豚角煮

ALL ¥550

※価格は全て税抜表示となっております

DESSERT MENU

自家製デザート



杏仁豆腐
蜂蜜ジュレ添え ¥450



泡マンゴープリン ¥480



ジャスミン茶葉を使った
豆腐のレアチーズケーキ ¥480

自由が丘で身体にやさしく飲める 薬膳コース6品 + ワイン持ち込み放題

※要予約 2名様から承ります。
※17:00-19:00、21:00-23:00は更に700円OFF

お1人様 **¥3,680**



ワイン持ち込み代込 何本でもOK!!

- ・一口薬膳スープ -快適な翌朝のために-
- ・薬膳タパス 3種類盛り
- ・飲茶3種 -極上小籠包・翡翠蒸餃子・海鮮星包-
- ・具材たっぷり薬膳サラダ
- ・薬膳美肌豆乳スープでつくった十五穀米リゾット アボガド添え
- ・本日の手作りデザート

ワインと薬膳という組み合わせは、意外と思われるかもしれませんが。実際にこの組み合わせを、試されたソムリエの方やワインに造詣が深い方々から、「ワインと薬膳のマリアージュに発見があった。素晴らしい面白い。」といった声を頂戴してきました。薬膳は、中医学に基づき、食材と漢方食材などを組み合わせ、季節や体調に合った食物をうまく摂り、健康や美容を維持・向上を目指す食事です。そして、特に赤ワインは、長寿遺伝子を活性化させるというレスベラトールなど健康向上に役立つ成分が多く含まれます。それぞれヘルシーというだけでなく、感動できるような味の組み合わせを発見できることがあります。