

ひるげ
昼 餉



八重山そば定食
二、〇〇〇円

八重山そば小
すぬる(天然もずく)
昆布いりちー(昆布の炒め煮)
地豆豆腐(落花生の豆腐)
こーじゅーしー(炊込みご飯)
ちきむん(お漬物)



やらぶ定食
三、〇〇〇円

すぬる(天然もずく)
みみがー(豚軟骨の和え物)
昆布いりちー(昆布の炒め煮)
地豆豆腐(落花生の豆腐)
らふてーと地野菜の煮物
こーじゅーしー(炊込みご飯)
わんこそば 又は アーサー汁
ちきむん(お漬物)



魚フライ定食
一、三八〇円



豚ヒレかつ定食
一、三八〇円



石垣牛丼

一、八〇〇円



海老天丼

一、五〇〇円

丼物
(汁・ちきむん付)

うなぎ
まぶし丼

一、八〇〇円



なーべら丼

一、一〇〇円



クロレラ ユーグレナすば



ざるすば 950円

天ざるすば 1,550円

お昼の 八重山すば

八重山すば 700円

とろとろ
軟骨ソーキすば 950円



具沢山
ちゃんぷるー汁すば 1,100円



八重山すば(麺)の紹介

そばといってもそば粉を一切使用せず小麦粉のみのそばが八重山のそばの特徴であり、丸麺が主流です。和そばとはまた違った素朴な味の八重山そばを是非、ご賞味くださいませ。

沖縄県八重山保健所に栄養成分のバランスが優れていると認められました

野菜たっぷりの『ちゃんぷるー汁すば』は、10種類以上の野菜と豚肉・魚貝が入っています。この一皿に野菜215g、きのこ類50gが入っており一日の目標野菜摂取量の約60%を摂ることができるとってもヘルシーなおそばです。

(健康日本21では、成人の1日の野菜摂取量の目標が、350gとなっています。)