

Autumn

ARK HILLS SPA

Menu

- + 300 **Drink Set**
 + 400 **Set A** Salad or Soup + Drink サラダ or スープ + ドリンク
 + 700 **Set B** Salad + Soup+ Drink サラダ + スープ + ドリンク

Drink List

Coffee · Tea · Espresso · Caffè Latte · Cappuccino · Herbal Tea · Coca Cola Zero · Ginger Ale
 コーヒー · 紅茶 · エスプレッソ · カフェラテ · カプチーノ · ハーブティー · コカコーラゼロ · ジンジャーエール

S Signature Dish **B** Body Care Menu

Salad

The calories shown exclude dressing サラダのカロリーはドレッシング抜きでの表示です。

1. Seasonal Vegetables High Beta-Carotene Salad H<48kcal> 750 R<96kcal> 1,250
緑黄色野菜サラダ
2. Anti-Aging Care Salad (Salmon, Broccoli, Tomato, Avocado, Asparagus) H<127kcal> 810 R<254kcal> 1,350
アンチエイジングケアサラダ(サーモン・ブロッコリー・トマト・アボカド・アスパラガス)
3. Cobb Salad (Chicken, Egg, Shrimp, Tomato, Avocado, Olive, Cheese) H<188kcal> 810 R<376kcal> 1,350
コブサラダ(チキン・卵・エビ・トマト・アボカド・オリーブ・チーズ)
- S** 4. Chopped Salad H<240kcal> 840 R<480kcal> 1,400
(Chicken, Egg, Avocado, Cheese, Beans, Quinoa, Nuts, Tomato)
チョップドサラダ(チキン・卵・アボカド・チーズ・豆・キヌア・ナッツ・トマト)
- B** 5. Chicken and Quinoa Salad <268kcal> 1,500
(Chicken, Egg, Avocado, Cheese, Beans, Quinoa, Nuts, Tomato)
チキンとキヌアのサラダ(チキン・キヌア・もち麦・アボカド・トマト・野菜)

Soup

6. Today's Soup 本日のスープ <150~400kcal> H 600 R 1,000

Sandwich

7. Clubhouse Sandwich w/ French Fries or Salad <802kcal> 1,500
クラブハウスサンドウィッチ フレンチフライ or サラダ
8. Chef's Beef Burger w/ French Fries or Salad <785kcal> 1,600
シェフズビーフバーガー フレンチフライ or サラダ
Extra cheese<126kcal>/tomato<10kcal>/fried egg<75kcal>/avocado<56kcal>/onion<18kcal>/Bacon<162kcal>
トッピング チーズ・トマト・目玉焼き・アボカド・オニオン・ベーコン

Pasta

9. Today's Pasta 本日のパスタ <500~800kcal> 1,500
10. Bolognese ポロネーゼ <680kcal> 1,600
Gluten-Free Pasta グルテンフリーパスタ<285kcal>/Whole Wheat Pasta 全粒粉パスタ<280kcal> 200 each

Noodles

- S** 11. "Hokkien Mee" Singaporean Fried Noodles <718kcal> 1,500
"ホッケンミー" シンガポール風焼きそば
12. Chicken Soup Noodles 鶏白湯麺 <510kcal> 1,500
13. Tempura and Cold Soba with Eel Rice 天麩羅そばと鰻ご飯 <896kcal> 2,200

WA-ZE-N

14. Japanese Style Set Menu 和膳 <500~800kcal> 2,200
Today's Meat or Fish·Small Dishes·Rice (White rice or Brown rice or Five grain rice)·Miso Soup
本日のお肉またはお魚・小鉢・ごはん(白米or玄米or五穀米)・味噌汁
15. "Kurobuta" Pork Loin Cutlet Set 鹿児島県産黒豚ロースとんかつ膳 <1100kcal> 2,200
"Kurobuta" Pork Loin Cutlet·Small Dishes·Rice (White rice or Brown rice or Five grain rice)·Miso Soup
ロースとんかつ・小鉢・ごはん(白米or玄米or五穀米)・味噌汁

Rice

16. "Gapao" Chicken and Vegetables Spicy Basil Rice with Fried Egg <580kcal> 1,500
"ガバオ" 鶏挽肉と野菜のバジル炒めご飯 目玉焼き添え
17. Oriental Sauce Flavored Raw Tuna and Avocado Rice Bowl with Soft-boiled Egg <650kcal> 1,500
マグロとアボカド丼 温泉卵添えオリエンタル風
Rice (White rice or Brown rice or Five grain rice) ごはん(白米or玄米or五穀米)
18. Chef's Curry with Rice 本日のカレー <750~850kcal> 1,500
Rice (White rice or Brown rice or Five grain rice) ごはん(白米or玄米or五穀米)
- S 19. "Kurobuta" Pork Keema Curry with Pickles and Soft-boiled Egg <696kcal> 1,600
黒豚の和風キーマカレー ピクルスと温泉卵添え
Rice (White rice or Brown rice or Five grain rice) ごはん(白米or玄米or五穀米)
20. "Kurobuta" Pork Loin Cutlet and Curry with Rice 鹿児島県産黒豚ロースのカツカレー <952kcal> 1,600
Rice (White rice or Brown rice or Five grain rice) ごはん(白米or玄米or五穀米)

Main

All Main Entrees come with your choice of Rice or Bread メイン料理にはライス又はパンをお選びいただけます。

21. "Wagyu" Beef Hamburger Steak with Demi-Glace or Japanese Sauce <580kcal> 1,800
和牛ビーフハンバーグ デミグラスソースまたは和風ソース
Toppings (cheese <126kcal> or tomato <10kcal> or fried egg <75kcal> or avocado <56kcal> or onion <18kcal> or bacon <162kcal>)
トッピング(チーズorトマトor目玉焼きorアボカドorオニオンorベーコン)
- B 22. Chicken and Tofu Hamburger Steak with Watercress Sauce <365kcal> 1,800
チキンと豆腐のハンバーグ クレソンソース
- B 23. Tasmanian Salmon Poêle with Fresh Tomato Sauce <550kcal> 2,400
タスマニア産サーモンポワレ フレッシュトマトソース
- B 24. Grilled "Himuro" Pork Loin with BBQ Sauce <815kcal> 3,000
氷温熟成 氷室豚ロース肉のグリル BBQソース添え
25. Grilled Australian Beef with Seasonal Vegetables <Sirloin300g or Tenderloin150g> <1200kcal/438kcal> 3,600
オーストラリア産味わい葡萄牛のグリル 季節の野菜添え (サーロイン300g or テンダーロイン150g)

Kid's

26. Kid's Curry with Rice キッズカレー <485kcal> 800
27. Kid's Bolognese キッズボロネーゼ <428kcal> 800
28. Kid's Hamburger Steak Plate キッズハンバーグプレート <625kcal> 1,200

Dessert

29. Assorted Seasonal Fruits Plate 季節のフルーツの盛り合わせ <150kcal> 1,200

Beer

Suntory All Free Non Alcoholic サントリーオールフリー ノンアルコール	334ml	700
Draft Beer 生ビール (ザ・プレミアム・モルツ)		800
Suntory Premium Malts サントリープレミアムモルツ	334ml	800
Hitachino Nest Beer PALEALE 常陸野ネストビール ペールエール	330ml	900

Whisky

Whisky with Soda ハイボール		900
------------------------	--	-----

Wine

White Wine

Glass of Wine		900
Santa Helena Chardonnay (Chile) サンタヘレナ シャルドネ	^{1/2} Bottle	2,500
Sherwood Estate Stratum Sauvignon Blanc (New Zealand) シャーウッド エステート ストラタム ソーヴィニヨン ブラン	^{1/2} Bottle	3,000
Chablis William Fevre (France) シャブリ ウィリアム フェーヴル	^{1/2} Bottle	3,400
	Bottle	5,000

Red Wine

Glass of Wine		900
Les Tannes Occitanie Cabernet-Sauvignon (France) レ・タンヌ オクシタン カベルネソーヴィニヨン	^{1/2} Bottle	2,500
Santa Helena Cabernet-Sauvignon (Chile) サンタヘレナ カベルネソービニオン	^{1/2} Bottle	2,500
Sherwood Estate Stratum Pinot Noir (New Zealand) シャーウッド エステート ストラタム ピノノワール	^{1/2} Bottle	3,000

Champagne

Louis Roederer Brut Premier ルイ・ロデレール ブリュット プルミエ	^{1/2} Bottle	4,500
	Bottle	8,000

Sparkling Wine

Duché Chevallier ドゥーシェ シュバリエ	Glass	900
	^{1/2} Bottle	2,500

There are also additional alcoholic drinks available. Please ask staff.
他にもアルコールをご用意しております。お尋ねください。

Protein Drink

Banana バナナ		900
Mixed Berry ミックスベリー		900
Açai アサイー		900

Organic Soda

Galvanina Limonata (Italy) 355ml ガルバニーナ リモナータ		900
Galvanina Aranciata Rossa (Italy) 355ml ガルバニーナ ブラッドオレンジ		900

Soft Drink

Wilkinson Ginger Ale ウィルキンソン ジンジャーエール		600
Coca Cola Zero コカ・コーラ ゼロ		600
San Pellegrino サンペレグリーノ	500ml	700

Fruits Juice

Banana Juice バナナジュース		800
Fresh Orange Juice フレッシュオレンジジュース		900

Smoothie

Tropical Energy トロピカルエナジー (Mango, Orange, Pineapple, Banana, Passion Fruit) (マンゴー、オレンジ、パイナップル、バナナ、パッションフルーツ)		900
Red Vitamin レッドビタミン (Lingonberry, Apple, Blueberry, Strawberry, Acai) (リンゴンベリー、リンゴ、ブルーベリー、イチゴ、アサイー)		900
Açaimics アサイーミクス (Açai, Banana, Mango, Pineapple) (アサイー、バナナ、マンゴー、パイナップル)		900
Recovery リカバリー (Apple, Pineapple, Orange, Yuzu) (リンゴ、パイナップル、オレンジ、ゆず)		900
Vital ヴァイタル (Ashitaba, Apple, Pineapple, Orange) (明日葉、リンゴ、パイナップル、オレンジ)		900

Coffee & Tea

Coffee (Hot/ Iced) コーヒー		600
Tea (Hot/ Iced) 紅茶		600
Espresso エスプレッソ		600
Caffè Latte (Hot/ Iced) カフェ・ラテ		650
Cappuccino カプチーノ		650

Heabal Tea

HILLS SPA Original Blend ヒルズSPA オリジナル ブレンド (心身の健康と内面の美しさを引き出します。)		700
Açai Blend アサイブレンド (疲労回復に最適。甘酸っぱいテイストのフルーツティー。)		700
Minty Blue ミンティーブルー (幻想的なブルーが特徴。リフレッシュに。)		700
Chamomile Blend カモミールブレンド (心を落ち着かせます。ストレスを感じる方に。)		700