



One Plate MENU

ワンプレートメニュー

1日に必要な野菜量の1/2以上の量を
楽しく・おいしく食べれるタニタカフェ
オリジナルのデリプレートです。

1日に必要なお野菜の量の1/2(175g)以上を使用し、たんぱく質やビタミンACE・B6、食物繊維などを、バランスよく摂取できます。



店頭販売中!!
タニタカフェ監修
「pietro daily plus」シリーズの
ドレッシングとパットフッテを
使用した「嘩むサラダ」

SEASONAL
VEGETABLE DELI
季節の野菜デリ*



CURING SOUP
五種の薬味と
発酵食品の養生スープ
「まずはスープから!」
食事前に温かいスープをのむと血行が良くなり
内臓の働きを整えてくれると言われています。



MULTIGRAIN RICE
雑穀ごはん

MAIN DISH
メインディッシュ

*内容は日によって変わる場合があります。
詳細はスタッフまでお尋ねください。

メインは以下の6品からお選びいただけます

A



マスタードソースのチキンソテー
～香ばしアーモンドパン粉～

B



塩糀チキンオープン焼き
～味噌とトマトソース～

C



塩糀チキンソテー
～キノコクリーム～

D



グリルハンバーグ
～きのこデミグラスソース～

E



グリルハンバーグ
～とろけるチーズとトマトのソース～

F



グリルハンバーグ
～シャリアビンソース～

1300円
(税込1390円)

養生スープ付き
+200円
(税込220円)



TANITA CAFE Curry

タニタカフェカレー

ルーの代わりにトマトを使用しながらクミンや
チリパウダーを効かせたタニタカフェオリジナルカレー

彩り野菜の雑穀カレーライス

¥1200 (税込¥1320)

養生スープ付き + ¥200 (税込¥220)



CURING SOUP
五種の薬味と
発酵食品の養生スープ

※イメージ

SET DRINK + ¥200 (税込¥220) ※ドリンクメニューよりお選びください。



週替わり定食

J3 所属チームにちなんだ料理を週替わりで提供中!

1300円 (税込1430円)



※イメージ

基本セット



主菜

+



ご飯

お好みの組み合わせ



麺

+300円 (税込330円)



汁物

+



副菜



デザート

+250円 (税込285円)



選手考案!

シラスのペペロンチーノ

～ペペロンチーノパスタにしらすと青ネギたっぷり～

ザスパ群馬の選手考案! しらすと青ネギたっぷりのペペロンチーノパスタです。

950円 (税込1,045円)



※イメージ

Set Meal



※イメージ



定食

主菜 ご飯 汁物

ザスパオリジナルの定番定食

- ▶ 油淋鶏 1200円 (税込1320円)
- ▶ カツカレー 700円 (税込770円)
- ▶ プレーンカレー 500円 (税込550円)
野菜が溶け込んだプレーンなカレーです。

Udon/Noodle

ザスパオリジナルの定番うどん・特製麺

- ▶ かき揚げうどん 600円 (税込660円)
- ▶ きのことづくしうどん 600円 (税込660円)
- ▶ 週替わり特選麺 (中華) 650円 (税込715円)



※イメージ

Option Menu

- ▶ ミニサラダボウル 300円 (税込330円)
- ▶ 味噌汁 100円 (税込110円)
- ▶ 小鉢 200円 (税込220円)
- ▶ スープ 200円 (税込220円)

SET DRINK +¥200 (税込¥220) ※ドリンクメニューよりお選びください。

ザスパ × TANITA

KIDS MENU



ミニアップル or オレンジジュース付き

▶ お子さまカレープレート 700円(税込770円)

▶ お子さまうどん 500円(税込550円)



ザスパ × TANITA

SIDE DISH

▶ ポテトフライ 500円(税込550円)

▶ 若鶏の竜田揚げ 500円(税込550円)

▶ ナゲット & ポテト 500円(税込550円)



CAKE MENU



タニタカフェ

ケーキ本来の甘さは残しながら、カロリーは間食に適正な 200kcal 未満！
糖質を抑えたタニタカフェオリジナルのケーキです。



▶ ガトーショコラ
500円(税込550円)



▶ ベイクドチーズケーキ
500円(税込550円)

DRINK MENU



タニタカフェ

KAMOOTHIE TANITA CAFE

¥650(税込¥715)

季節の “噛む”スムージー =カムージー®

小腹が空いた時やスイーツにもピッタリ。
ナタデココ、蒟蒻ゼリーなど
噛む要素を加えたタニタカフェオリジナルの
噛むスムージー=カムージーです。



カムージーの内容は季節によって変更になります。詳細はスタッフまでお尋ねください。



タニタカフェ

TANITA COFFEE タニタコーヒー

クロロゲン酸が豊富なタニタコーヒー。
豆乳やアーモンドミルクのヘルシーラテもご用意しました。

タニタコーヒー
プレミアムブレンド **HOT ICE** ¥480(税込¥528)

タニタコーヒーの
豆乳カフェオレ **HOT ICE** ¥530(税込¥583)

タニタコーヒーの
アーモンドミルクカフェオレ **HOT ICE** ¥530(税込¥583)



丸みのある酸味と甘みが
合わさった上質な味わい。
グアテマラ産とエルサルバドル産の
最高級グレードの豆を中心とした
ブレンドでクロロゲン酸が
通常のコーヒーの約2倍含まれる、
まさにプレミアムなコーヒーです。



タニタカフェ

SET DRINK +¥200 (税込¥220)

タニタコーヒー **HOT ICE** オレンジジュース

リラックスハーブ (ノンカフェイン) **HOT** リフレッシュハーブ (ノンカフェイン) **HOT**

アップルジュース ウーロン茶

ビューティハーブ (ノンカフェイン) **HOT** シェイプハーブ (カフェイン有) **HOT**



タニタカフェ

TANITA HERB TEA タニタハーブティー

リラックス効果を重視したブレンド

HOT
のみ

リラックスハーブ (ノンカフェイン)

オリーブ・カモミール・桑茶
ほのかな苦みと柔らかな香りの安らく味わい

¥480(税込¥528)

リフレッシュハーブ (ノンカフェイン)

レモングラス・レモンピール・びわの葉
清々しくスッキリとした味わい

¥480(税込¥528)

ビューティハーブ (ノンカフェイン)

ルイボスティ・ハイビスカス・ローズヒップ
ほのかな酸味を感じるやわらかい口当たり

¥480(税込¥528)

シェイプハーブ (カフェイン有)

プーアル・もち麦・杜仲
茶葉と麦の香ばしくまるやかな味わい

¥480(税込¥528)

ザスバ × TANITA

ALCOHOL DRINK アルコールドリンク

THE SPA

#ザスパイ

サッポロ 生ビール
黒ラベル

¥600(税込¥660)



ザスバ × TANITA

SOFT DRINK ソフトドリンク

100%アップルジュース ¥350(税込¥385)

100%オレンジジュース ¥350(税込¥385)

ウーロン茶 ¥350(税込¥385)