

高タンパク低カロリーなサラダランチ



ランチセット(わがままプレート) 1,400円(税込)
 選べるメイン・スープ・ドリンク・小鉢・デザートとのセット。自家製の鶏ハムは国産むね肉を低温調理で仕上げた驚きのしっとりジューシーな食感。



ナッツサラダボウルMsize
 1,000円(税込)
 兵庫県産の有機野菜にクラッシュアーモンドとカシューナッツをトッピング。



ロカボプレート 1,500円(税込)
 糖質を20g以下に抑えた、鶏ハム、ローストビーフ、豆腐ハンバーグとボリューム満点のプレート。

ブルード Boule Vard

低糖質なランチメニューは国産鶏むね肉などでたんぱく質を、アボカドやナッツなどで良質な脂質をバランスよく摂取でき、筋トレやダイエットの強い味方。サラダのベビーリーフをはじめ、兵庫県産の有機野菜を産地直送で仕入れる。素材本来の味を引き出す味付けと食材ごとの食感の違いで飽きがこず、低脂質でもしっかりと食べ応えを感じられる。

メニューは一部の丼物を除いてテイクアウトOK。
 ※店内イートインスペースはcalmeと共有。



姫路市飾磨区
 今在家北1-79
 営業時間
 11:00~15:00
 定休日 月曜
 駐車場 5台



@BOULEVARD DINING

カルム calme

心がほっとゆるくなるような空間で穏やかなひとときを。calmeでは「お客さんと一緒に美味しいものを共有すること」をコンセプトにオーナーが厳選したフードやドリンクを提供。珈琲はオーナーが味や風味、使用する豆をセレクトしてプロの焙煎士が焙煎する。月1回内容が変わるおすすめ珈琲は苦みが特長の深入り豆と酸味が特徴のフルーティーな豆どちらかを選ぶ。デザートにはパフェもご用意。農家直送のフルーツにあわせた創作パフェは仕入状況によって内容が変わるためSNSで要チェック。前日までの取り置き予約がおすすめ。

※店内イートインスペースはBoulvardと共有。



姫路市飾磨区今在家北1-79
 営業時間 morning. 8:00~11:30
 cafe. 13:30~17:00
 night cafe. 不定期
 定休日 金曜・第1第3木曜
 ※2024.1月~変更予定
 駐車場 5台



@CALME.CAFE

穏やかな空間でおいしいをシェア



クロックマダム 850円(税込)
 ベーコン・ホワイトソース・チーズを重ねたトーストに半熟卵をオン。とろ〜り滑らかな味わいに珈琲がすすむ一品。



ガトーショコラ 550円(税込)
 食後のデザートやカフェタイムに。ドリンクとセットで100円引き。



カフェラテ(HOT) 580円(税込)
 ドリンクは全てテイクアウトOK。