

ヤマウラスティ お食事のご案内



ヤマウラスティ
YAMAURA STAY

配達（朝食）



かもすや

大地を培い、命を育み、天を仰ぐ。
八ヶ岳の命の源を存分に喰すかもすやは、
発酵食を生かしからだの隅々まで生きる力をお届けします。

洋朝食 竹籠弁当 : 1 名様 3,850 円 (税込)
和朝食 竹籠弁当 : 1 名様 3,850 円 (税込)
八ヶ岳山麓の季節のスムージー : 1 名様 1,650 円 (税込)

【追加料金】

豆乳甘酒 : 550 円
リンゴジュース : 550 円



ヤマウラステイ
YAMAURA STAY

配達（朝食）

かもすや

洋朝食メニュー例

- | | |
|-------------|----------------|
| • 季節のマフィン2種 | 例) えごま・バター |
| • 豆乳スープ | 例) ハーブ鳥のチキンスープ |
| • 季節の野菜サラダ | 例) 糸寒天と長芋のサラダ |
| • フルーツ | 例) フルーツと花豆の甘煮 |

和朝食メニュー例

- 【選択】おにぎり 2 種（玄米・餅キビ）& 自家製味噌汁 or 蕎麦の実雑炊
- 漬物 2～3 種
- 豆腐の酒粕漬け
- ワカサギの揚げ煮
- 花豆の煮豆
- 卵の寒天寄せ
- 野菜の煮物
- フルーツ

和朝食と洋朝食のどちらかをお選びいただけます。
和朝食と洋朝食を、同時に注文することはできません。



ヤマウラステイ
YAMAURA STAY

配達（朝食・昼食・夕食）



八 岳 お ひ さ ま や

自然との調和（Harmony with nature）

食との対話（Dialogue with food）

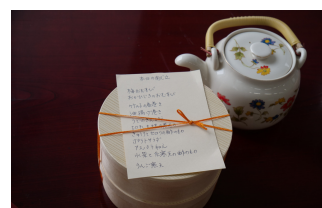
自然と調和する調理方法を用い、素材は八ヶ岳近辺で採れたものを
中心にお弁当・ケータリングを提供しています。

ベジタリアン和食 わっぱの二段弁当 : 1名様 3,850 円（税込）

ベジタリアン夕食ケータリング : 1名様 5,500 円（税込）

	月	火	水	木	金	土	日
朝	-	-	○	○	○	○	-
昼	-	○	○	○	○	-	-
夜	-	○	○	○	○	-	-

※朝食は前日夕方配達、12月～3月休業



ヤマウラステイ
YAMAURA STAY

配達（朝食・昼食・夕食）

ベジタリアン和食 わっぱの 2 段弁当（冬メニュー例）

- ・ 黒米入りごはん
- ・ 豆腐の南蛮漬け
- ・ シイタケのベジミート揚げ
- ・ 黒豆と春菊の玉ねぎドレッシングかけ
- ・ かぶの豆乳カッテージチーズ風和え
- ・ 切り干し大根と根菜のトマト煮
- ・ ブロッコリーのクルミ和え
- ・ かぼちゃの伊達巻
- ・ さつまいもと甘栗の茶巾
- ・ 金柑の甘露煮
- ・ スナップエンドウ

ベジタリアン夕食ケータリング

例)

- | | |
|---------------|---------------|
| ・ ビーツのポタージュ | ・ 紫キャベツと人参のラペ |
| ・ 油揚げまき | ・ キノコのマリネ |
| ・ ベジボール | ・ グラタン |
| ・ 豆腐の味噌漬け | ・ カラフルジャガイモとブ |
| ・ プチトマトのフィンガー | ロッコリーのソテー |
| ・ フード | ・ 三食テリーヌ |
| ・ フィッシュ風フライ | ・ サンドイッチ |
| ・ キッシュ | ・ 2種または海苔巻き |
| ・ サラダ | |

八
ヶ
岳
お
ひ
さ
ま
や



ヤマウラスティ
YAMAURA STAY

配達（夕食）



勝山そば

「金鶏の湯」の近くにある、普段は黒くて蕎麦の味が濃い田舎そば、
冬季は鍋焼きうどんが人気のそば屋。

彦吉そば（冷）	もり	1,540 円（税込）
	三段	2,420 円（税込）
彦吉そば（温）	かけ	1,540 円（税込）
	天そば上（海老・野菜三種）	2,090 円（税込）
そば屋の丼もの	天井	1,760 円（税込）
	かつ丼	1,760 円（税込）
	天ぷら皿（海老天・野菜4種）	2,090 円（税込）
	そば団子（4玉1串が2本）	660 円（税込）
	そば大盛（約1.5倍）	440 円増し
	ごはん大盛	220 円増し

- 1回の配達につき配達料1,100円がかかります。
- 夕食デリバリー時間 17:00～ 19:00（配達は今鶏のみ）
- 定休日：水曜日



ヤマウラスティ
YAMAURA STAY

配達（夕食）



森の家 花蒔店

田んぼの畦（あぜ）や畑に生えている雑草を土手草（どてくさ）と呼びます。森の家花蒔店は、土手草を取り入れた郷土料理の店です。地元の伝統的なレシピに現代的なエッセンスを加え、味よし、見た目よしのお料理を提供しています。それぞれのレシピや材料には物語があり、店を営むご夫婦が、一品一品について丁寧に語ってくれます。

ヤマウラスティ土手草デリバリー弁当* ： 1名様 6,600円（税込）

* デリバリー弁当は清水・花兎・渋道のみ

営業時間

- 18:00~20:00(L.O.)
- 定休日 月曜日

アクセス

- 清水・花兎から車で 10 分
- 渋道から車で 5 分 徒歩で 18 分
- 金溪から車で 35 分



ヤマウラスティ
YAMAURA STAY

配達（夕食）

森の家 花蒔店

土手草デリバリー弁当 メニュー例

1 段目（目でも楽しめる野菜のおかずの盛り合わせ）

- ・ 塩豆腐
- ・ 煮豆とリンゴのピクルス
- ・ ゴボウの煮物
- ・ きゅうりの酒粕もみ
- ・ かぼちゃのヨーグルト和え
- ・ 切干大根の煮物

2 段目（諏訪信州のいろいろなおいしきの盛り合わせ）

- ・ そばがき（八ヶ岳山麓のそば粉使用）
- ・ ソースカツ
- ・ 土手草（山菜）の天ぷら
- ・ 縄文の笹ずし、いなりずし

3 段目（お酒もすすむ肴の盛り合わせ）

- ・ 季節のポテトサラダ
- ・ サーモンの酒粕揚げ
- ・ ロストビーフ
- ・ デザート（そば粉の天寄せ）



ヤマウラスティ
YAMAURA STAY

配達（夕食）



長嶺精肉店

信州産の牛肉にこだわる地元茅野で人気の「長嶺精肉店」。
厳選された信州牛の中でも、脂身がしつこくなく口溶けの良い食感で人気のある「りんご和牛・信州牛」を使ったすき焼きセットです。
新鮮なお野菜や割下、卵、お米などの食材を古民家の冷蔵庫に事前にご用意させていただきます。

りんご和牛・信州牛すき焼き食材セット　：　1名様　4,180円（税込）

メニュー例

- ・ 信州プレミアム牛肉認定の
　　りんご和牛・信州牛　一人前150g
- ・ 季節の葉物一種
- ・ 玉ねぎ
- ・ 長ねぎ
- ・ きのこと二種
- ・ しらたき
- ・ 厚揚げ
- ・ 割下
- ・ 卵
- ・ お米（諏訪高島藩献上米3合）
　　※古民家内の炊飯用鍋で炊いて
　　いただけます。



ヤマウラステイ
YAMAURA STAY