

10月5日～9日のランチメニュー 全て950円

| | お魚 ランチ | お肉 ランチ | パスタ ランチ | カレー ランチ | 野菜 ランチ | オープン サンド |
|-----|---------------------------|--------------------------------------|------------------------------------|----------------------------|--|---|
| 月曜日 | | チキン南蛮 タルタルソース 群馬県産白菜の サラダ添え | 秋の魚と 群馬県産茄子の トマトソース | | | |
| 火曜日 | 仕 入れによりメニューが 変わります。 | とんかつと 群馬県産 キャベツ | 茨城県産 シコンと 人参とペーコンの オイルパスタ | 野 菜 の カ レ ー | ご ろ ご ろ 野 菜 の シ ー ソ ル ト | 気 ま じ れ オ ー プ ン サ ン ド (カ ブ レ ー ザ サ ン ド) |
| 水曜日 | | 唐揚げと 北海道産の おろし玉 ソース | 千葉県産ピーマンと 千葉県産玉葱の ナポリタン風 | | | |
| 木曜日 | | 群馬県産 特別栽培の 玉葱を使った 豚の生姜焼き | 千葉県産と 群馬県産キャベツの オイルパスタ | | | |
| 金曜日 | | チキンの フリカッサと 北海道産の ジャガイモ | 長野県産平茸と サンゴ心椎茸の クリームパスタ | | | |

ミニジュース・ミニデザート付き
ご飯大盛り無料
プラス300円で下記ドリンク付き

- ・コーヒー
- ・紅茶
- ・ハーブティー

レモンガラス
カモミール
CAFE Harvest



むすんで、ひらいて。
人と人のつながりを感じるお店

10月は、13日と27日

Cafe Harvest Jazz Night

カフェハーベストではディナータイムに、ジャズライブをお届けしていくことにしました。
お仕事帰りのひと時、ヘルシーなお食事とおしゃれなジャズの音楽でお楽しみください。

C A F E
H A R V E S T
C A F E
H A R V E S T



日程 2009年10月13日、27日 (第2,第4火曜日)

時間 19:00~21:00~
※各ステージ約30分程度を想定しています

出演 Harvest Jazz Band
堀江悠貴(ベース)、平野康之(トランペット)、塩原大介(ギター)、
シークレットゲスト

その他
・隔週火曜日に実施を予定しております。
・当日は、別途テーブルチャージ(お一人様500円)を頂戴いたします。



ミュージックチャージお一人様500円頂戴いたします。

参加メンバーは、ベース堀江悠貴・トランペット平野康之・
ギター塩原大介・カホーン渡邊修身・ボーカル中野ユカ
以上のメンバーで行います。浜松町でスペシャルな夜をお過ごし
下さい。

最近のお気に入り

僕最近、秋刀魚が気に入っています。やはり旬の魚は美味しくて安
い。よく出しているのは、お刺身と秋刀魚とバジルのオイルパスタ
今後は、秋刀魚とレモンのカルパッチョや秋刀魚と焼きなすとモロヘ
イヤのタルタルを考えています。
考えるだけでだれが……



第71回：おやじバンド

秋たけなわ。ハーベストでも旬の食材を使ったメニューが美味しい季節ですね！

ミュージシャンにとっては(プロ、アマを問わず)、文字通り「文化の秋」到来。
最近、ショッピングセンターなどに出かけると、よく「おやじバンド」大会のイベントを
見かけます。先日自宅近くのイベントに多数の「おやじバンド」が集結。

「もう還暦を過ぎた」と言いながら、颯爽とギターを肩に掛け、イキなステージを繰り
広げる親父たちの姿がそこにありました。(年齢的にベンチャーズのカバー・バンド
が多いですね。)

バンドによっては、メンバーの中に娘さんがいたり、何組かの夫婦で構成されていた
り。
おやじバンドという、昔取った杵柄というか、年寄りの冷水(すみません!)という
か、時折、失笑ネタにもなりがちですが(もしかしたら僕も既にそう見られているかも
しれません、汗)、
でも、歳をとっても家族と一緒に人前でライブをやるなんて、もしかしたらとても幸
せなことではないでしょうか。
まさに「音」を「楽しむ」という音楽本来の姿をそこに見たような気がしました。

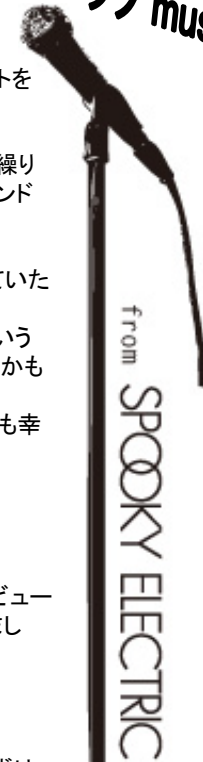
実は僕も10代の頃から数えて、もう20年以上バンドをやっています。
SPOOKY ELECTRICも現メンバーになって、既に10年以上。。。
そんな僕たちが、以前、ラジオ番組に出演させていただいたとき、「これからデビュ
ーを目指す人に何かアドバイスを」と促され、メンバーのRYAN(Drs)がこう言いま
した。

「バンドは続けること」

そうなんですよね。音楽をビジネスにしていると時々忘れそうになりますが、まずは
「楽しみ」ながら、「続ける」ということが大切なんですよね。続けることで、また楽しい
ことに繋がっていくような気がします。
おやじバンドの演奏を見ながら、そんな感慨にふけた秋の1日でした。

ヤマムラヤスヒロ (SPOOKY ELECTRIC)

ヤマムラヤスヒロの
This is オーガニック music



from SPOOKY ELECTRIC

パーティープラン 2500円~
飲み放題 プラス1500円

MORNING

7:30-11:30

DINNER

Mon - thu
17:30-23:00
(ラストオーダー22:00)

LUNCH

11:30-15:00

Fri
17:30-23:30
(ラストオーダー22:30)