



今週のランチメニュー

月曜日	スペシャル お肉ランチ パスタランチ	ハーベストスペシャル 親子丼 豚バラ肉のカリフワ焼き トマトソース ホタテ・キノコのバター醤油パスタ
火曜日	スペシャル お肉ランチ パスタランチ	ハーベスト風ふわふわオムレツ 骨付き鶏モモ肉の煮込み 黒胡椒赤ワインソース 海老とキャベツとセロリのトマトパスタ
水曜日	スペシャル お肉ランチ パスタランチ	ハーベストスペシャルハヤシライス 美桜鶏ささ身のイタリアン包み揚げ しらす・白菜・かぶの和風スパ
木曜日	スペシャル お肉ランチ パスタランチ	ハーベストスペシャル ピザ 豚バラ肉と色々野菜の生姜焼き 鶏モモ肉とキャベツの黒胡椒塩パスタ
金曜日	スペシャル お肉ランチ パスタランチ	ハーベストスペシャルステーキ 新蓮根入り美桜鶏のハンバーグ アジアン風あんかけソース 豚バラ肉と空芯菜のフレッシュトマトパスタ

■全て ¥950.-

■ミニジュース・ミニデザート付き  
ご飯大盛り・おかわり無料

■プラス300円で下記ドリンク付き

- ★コーヒー ★ハーフトイー
- ★紅茶 レモンガラス
- カモミール

■お肉・パスタランチ以外に

- ★ハーベスト野菜カレーランチ
- ★ほこほこ蒸し野菜ランチ
- ★気まぐれオープンサンド

★毎日日替わりお魚ランチがあります



カフェハーベスト

東京都港区浜松町1-6-5 TEL:03-5425-7337 HP:http://www.cafeharvest.jp

むすんで、ひらいて。  
人と人のつながりを感じるお店



# 3月イベント



Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
					貸切	
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
お休み	オノクマカフェ@カフェハーベスト					
28	29	30	31			

## パーティ予約受付中!

パーティープランもスローフード・スローライフ・スロー接客(人のメニューつながりを感じていただきたいので!!)でゆっくり過ごしていただけます。

★お一人様 4,000円 2時間飲み放題付

### 【タパス】

- ・豆乳のカプレーゼ風
- ・里芋のガーリックソテー
- ・新蓮根のグリル

### 【オードブル】

- ・寒ブリの炙りと大根のグリル
- バルサミコソース

### 【セレクトメニュー】①or②(どちらか選択)

- ①パスタ・・・桜海老と旬野菜とフレッシュトマトの塩パスタ
- ②ピザ・・・茄子・ピーマンのメキシカンピザ

### 【メイン】

- ・根菜と美桜鶏のグリル
- バルサミコソース

★☆☆歓送迎会のご予約お待ちしております☆☆★



## 第140回: Romantic



こんにちは。SPOOKY ELECTRICのヤマムラヤスヒロです。

早いものでもう3月。大門界限でも沈丁花の匂いが漂ってきました。

さて、ちょうど去年の年末から、声優・大橋歩夕(おおはしあゆる)さんの2nd CDの制作に携わってきました。ようやく(と言うか、早くも?)この3月30日にリリースを迎えます。

『ロマンチック』と名付けられたこの作品には、オリジナル楽曲3曲と大橋さん自身が書き下ろしたストーリー・リーディング2編が収められています。

ドラマチックで、楽しくて、優しく、どのトラックからもさまざま絵が浮かびあがってくる素敵なミニ・アルバムが完成しました。

『夜空を見上げて』という曲がリード・タイトルとして、さまざまな場所でお耳にかかると思いますが、それ以外にも『そよ風と背中』というバラードなんかは、レコーディングを終えた帰り道にプレイバックを聴いたとき、心が震えて涙があふれそうになりました。

思い返せば、年が明けてすぐに楽曲の準備にとりかかり、大橋さん本人が歌詞を書き始め、1月下旬には都内某所の秘密基地のようなスタジオでレコーディングを終えていました。

その後、2月のとても寒い日にジャケット撮影を行ない、1000枚近い写真の中からベストショットをセレクト。つい先日まで、その写真を使ってアートワーク作りに明け暮れていたと思いきや、今はプロモーション・ビデオの制作と宣伝活動に奔走しています。

音楽は、作ることより、作ったものをどうやって伝えるかということの方がはるかに難しいと、僕は思っています。でも、子どもを信じる親の気持ちで、生み出した音楽は最後の一人になっても信じ続けたい、とも思っています。

ヤマムラヤスヒロ(SPOOKY ELECTRIC)



## 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。

今後の日程は決まり次第ご報告します♪

### Lunch

11:30-15:00

- 全て ¥950-
- 日替わりメニューをご用意してます!
- お肉・パスタランチ以外にも、
- ★ハーベスト野菜カレーランチ
- ★ほこほこ蒸し野菜ランチ
- ★気まぐれオープンサンド
- ★毎日替わりお魚ランチ
- ミニジュース・ミニデザート付き
- ご飯大盛り・おかわり無料
- プラス300円でドリンク付
- コーヒー/紅茶/ハーブティー
- (レモンガラス・カモミール)

### Dinner

17:30-23:30  
(ラストオーダー 22:30)

こんにちは、冬が深まってきましたね、寒いのは苦手ですが嬉しいのは、根菜類が美味しいコト。おすすめの聖護院大根が入ってきました。京野菜の一つですが有機栽培されている千葉の菅澤さんから届いています。他にも珍しい野菜が沢山届いてますのでハーベストに来ておすすめボードを確認してください。まだまだ、寒い日が続きますので心も体も温まる!!?ハーベストで、野菜のあったか料理を召し上がれ!!

ヤマムラヤスヒロの This is オーガニック music