

しぞ〜か 魚 to 火

SAKANA TO HATAKE

当 店のこだわり5か条

1. 砂糖・小麦粉不使用(グルテンフリー)・無添加
2. 天然調味料・揚げ油は米胚芽油
3. お通しはスモージー&ローフード 酵素で消化、吸収、代謝に
4. 自家農園の有機野菜 日替わりメニューに登場!
5. 鮮度抜群のお刺身! 毎朝、由比漁港の朝セリへ・清水港へ

魚 to 畑で使用するこだわり調味料など

- 〈 味 噌 〉 鈴木こうじ店(駿河区)
- 〈 醬 油 〉 栄醤油(掛川で木桶造り)
- 〈 塩 〉 各地の天然塩
- 〈 酢 〉 千鳥酢
- 〈 ソ ー ス 〉 無添加ウスター
- 〈 三河みりん 〉 2年かけて作られます
- 〈 ドレッシング 〉 自家製 アマニ油、米胚芽油、千鳥酢、野菜たっぷり
- 〈 砂 糖 〉 アガベシロップ・玄米水飴を使用(低GI血糖値を抑える)
- 〈 バ タ ー 〉 グラスフェッドバター(牧草のみを食べた牛の乳が原料)
- 〈 卵 〉 美黄卵
- 〈 肉 〉 朝霧高原豚、静岡地養鳥等
- 〈 わ さ び 〉 有東木の生わさび

魚to畑
人気
ランキング

第1位



とろける人参の朝霧高原豚巻き串焼き

1本 ¥300 (税込330円)

第2位



とれたて地魚のお刺身盛り合わせ

¥1,780 (税込1,958円)

第3位



きれいになるサラダ

¥880 (税込968円)

第4位

清水産ガルシアチーズの

おから粉串揚げ 1本 ¥300 (税込330円)

第5位

炊きゴボウの唐揚げ ¥440 (税込484円)

第6位



国産黒毛和牛100%つくね

1本 ¥480 (税込528円)

第7位



清水産じゃこと豆腐のかき揚げ

2玉 ¥200 (税込220円)

第8位

米粉のもちもちチヂミ ¥540 (税込594円)

第9位

用宗産アカモクと長芋の

しいたけコロッケ 1個 ¥240 (税込264円)

第10位

健幸生ケーキ

1cut ¥440 (税込484円)



おつまみ

◆お店で茹でた枝豆 ¥440 (税込484円)

◆燻製チーズ お店で燻製 ¥440 (税込484円)

◆自家製ぬか漬け盛合せ ¥440 (税込484円)
ビタミン・ミネラル・乳酸菌。



きれいになるサラダ ¥880 (税込968円)
アマニ油と米胚芽油の自家製ドレッシング。

◆かつお塩辛 伊豆産 無添加 ¥440 (税込484円)

◆静岡産 冷やしトマト... ¥440 (税込484円)

◆魚to畑のアヒージョ ... ¥630 (税込693円)
米粉パン付き。

◆数量限定!豆腐の塩麹漬け ¥440 (税込484円)
まるでクリームチーズ!?



焼きもん



とろける人参の朝霧高原豚巻き串焼き
..... 1本 ¥300 (税込330円)

◆朝霧高原豚のレタス巻き串焼き
..... 2本 ¥440 (税込484円)

◆鳥レバーの串焼き (塩又はタレ)
..... 1本 ¥200 (税込220円)
鉄分・ビタミンA。

◆静岡地養鳥のねぎま串焼き (塩又はタレ)
..... 2本 ¥440 (税込484円)
ビタミンK・セレン。

◆静岡地養鳥の自家製つくね
..... 1本 ¥300 (税込330円)
野菜いっぱいヘルシー。

◆用宗産 たたみいわし炙り焼き
..... ¥630 (税込693円)
カルシウム・ビタミンD豊富で骨元気。



第6位

国産黒毛和牛100%つくね

..... 1本 ¥480 (税込528円)

◆静岡産しいたけバター醤油焼き
..... 2本 ¥440 (税込484円)
免疫力upにgood!

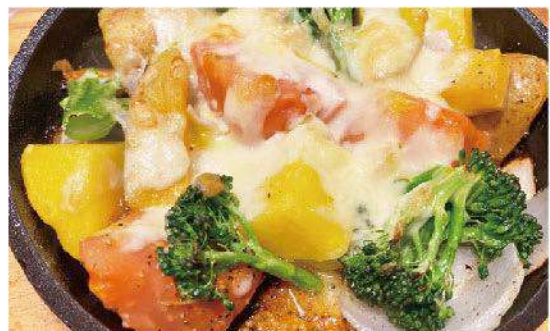
◆健康まっ黒はんぺん焼き
..... 2本 ¥300 (税込330円)
DHA、EPA、カルシウム。
当店限定の特注品。イワシとイカ墨入り。無添加。
砂糖ではなくアガベシロップを使用しております。

◆美黄卵の出汁巻き
..... ¥680 (税込748円)
餌にこだわった甘味が強い卵です。

数量限定!

◆静岡産 鹿のヒレステーキ
..... ¥1,280 (税込1,408円)
低脂肪・高タンパク・ミネラル豊富でヘルシー。

◆有機玉ねぎステーキ
..... ¥530 (税込583円)
グラスフェッドバターのせ。



◆野菜たっぷり鉄板チーズ焼き
..... ¥730 (税込803円)
無添加チーズ使用。

数量限定 名物!健康牛

国産黒毛和牛のステーキ

しんたま(赤身) 100g ¥1,380 (税込1,518円)

サーロイン(脂あり) 140g超 ¥1,980 (税込2,178円)

経産牛に発酵食品を与え体質改善され
旨味UPと脂が健康的に。



揚げもん 米胚芽油100%

◎衣はパン粉ではなくおから粉を使用。

衣の糖質を大幅にカットしタンパク質・食物繊維を摂取できます。

◎米胚芽油には、抗酸化作用が強いビタミンEが豊富に含まれます。

特有成分γ-オリザノールにより様々な生活習慣病予防に役立ちます。



炊きゴボウの唐揚げ ¥440 (税込484円)
血液浄化、美肌効果。

- ◆**健康まっ黒はんぺん串揚げ** 2本 ¥440 (税込484円)
当店限定の特注品。イワシとイカ墨入り。無添加。
砂糖ではなくアガベシロップを使用しております。
- ◆**じゃが揚げ** ¥440 (税込484円)
ビタミンC、カリウム。

- ◆**おさつフライ** ¥530 (税込583円)
グラスフェッドバター&蜂蜜添え
食物繊維が豊富に含まれています。
- ◆**揚げたて厚揚げ** ¥630 (税込693円)
イワシ節たっぷり。

- ◆**静岡地養鳥のヘルシー唐揚げ** 5個 ¥630 (税込693円)
胸肉でイミダペプチド補給。
- ◆**鹿肉のメンチカツ** 2個 ¥600 (税込660円)
ヘルシー。隠し味に白ワインを使用しています。

- ◆**由比産桜海老の米粉で作るかき揚げ** ¥680 (税込748円)
サクサク甘い。

- ◆**米粉の野菜天ぷら盛合せ** ¥730 (税込803円)



- ◆**清水産じゃこと豆腐のかき揚げ**
..... 2玉 ¥200 (税込220円)



- ◆**用宗産アカモクと長芋の
しいたけコロッケ**
..... 1個 ¥240 (税込264円)
フコイダンで免疫UP。



健康串揚げ <米粉、長芋&豆乳、おから粉、米胚芽油>

- ◆**玉ねぎの串揚げ** 2本 ¥440 (税込484円)
硫化アリルで血液サラサラ。
- ◆**レンコンの串揚げ** 2本 ¥440 (税込484円)
食物繊維、ビタミンCが豊富です。
- ◆**しいたけの串揚げ** 2本 ¥440 (税込484円)
免疫力UPにgood!
- ◆**清水産ガルシアチーズの串揚げ** 1本 ¥300 (税込330円)
美味さ最高レベル!
- ◆**天使の海老串揚げ** 1本 ¥440 (税込484円)
刺身用の海老。頭も尻尾も美味しい。



ごはんもん 十六穀米使用



第8位 米粉のもちもちチヂミ カリカリもちもち食感!ごま油の香りが◎ ¥540(税込594円)

◆栄醤油の焼きおにぎり 2個 ¥440(税込484円)

◆あっさり出汁のお茶漬け(梅・鮭・カツオ塩辛) 各¥530(税込583円)

◆しぞ〜か わさび飯 ¥440(税込484円)
有東木わさびとイワシ節。

◆ごはんde好み焼き 豚ねぎチーズ ¥730(税込803円)
小麦粉不使用。米・長芋・卵を練って、鉄板とオープンで焼き上げます。



デザート <砂糖・牛乳・小麦粉不使用>の自家製

◆キャラメル風くるみアイス ¥300(税込330円)
カシューナッツ、くるみ、ココナッツオイル、デーツ、アガベシロップ

◆有機豆乳と米粉で作った『カスタード風プリン』 ¥360(税込396円)
有機豆乳、米粉、かぼちゃ、寒天、アガベシロップ、メープル



健幸生ケーキ

(日替わりメニューよりお選び下さい)

..... 1cut¥440(税込484円)

生きた酵素のローズスイーツ。
生の食材を48℃以下で調理しているため酵素が生きており、ビタミン・ミネラル・タンパク質
食物繊維・オメガ3・中鎖脂肪酸なども
摂ることができる健康スイーツです。

生アーモンド、生カシューナッツ、ココナッツオイル、
ローカカオパウダー、アガベシロップ、メープル、
野菜果物など



ドリンク

☆当店のお茶割・サワーの焼酎は、静岡の米焼酎『才助』を使用しております。

ハイボール

- ◆ ニッカハイボール ¥500 (税込550円)
- ◆ りんごハイボール ¥600 (税込660円)
- ◆ 人参ハイボール ¥600 (税込660円)
- ◆ パインハイボール ¥600 (税込660円)
- ◆ トマトハイボール ¥600 (税込660円)

ビール

- ◆ 生中<アサヒクラフトビール ゴールデンエール> ¥600 (税込660円)
- ◆ 瓶ビール<麒麟一番搾り> ¥700 (税込770円)
- ◆ ノンアルコールビール<ドライゼロ> ¥500 (税込550円)

ビアカクテル

- ◆ レッドアイ ¥600 (税込660円)
- ◆ シャンディガフ ¥550 (税込605円)

お茶割

- ◆ しぞ〜か割(無農薬緑茶割) ¥550 (税込605円)
緑濃い!!カテキンいっぱい。
- ◆ 静岡産黒ウーロン茶割 ¥550 (税込605円)
高ポリフェノール脂肪吸収を抑える。
- ◆ 有機ルイボスティー割 ¥550 (税込605円)
活性酸素除去・便秘解消に。
- ◆ 有機あずき茶割 ¥550 (税込605円)
サポニンがコレステロールの増加を防ぎダイエットに。

サワー

- ◆ 生搾りレモンサワー ¥600 (税込660円)
- ◆ 生搾りキウイサワー ¥600 (税込660円)
- ◆ 季節の生搾りサワー ¥600 (税込660円)

数量限定

当店名物!テキーラベース

- ◆ まるごと凍らせ 塩レモンサワー ¥680 (税込748円)
国産無農薬レモン使用。
- ◆ まるごと凍らせ 塩トマトサワー ¥600 (税込660円)
- ◆ 追いサワー ¥400 (税込440円)

焼酎

ロック・水割・ソーダ割・お茶割・お湯割

- ◆ しずおか米焼酎 才助(米) ¥500 (税込550円)
- ◆ 黒霧島(芋) ¥500 (税込550円)
- ◆ 一番札(麦) ¥500 (税込550円)

幻の芋焼酎

- ◆ 八色(芋) 高知産翠王使用 ¥600 (税込660円)

おすすめ!長崎県大島酒造

原材料・製法にこだわったレア焼酎

- ◆ 泥亀(麦or芋) ¥500 (税込550円)
..... ボトル ¥3,200 (税込3,520円)
- ◆ 泥ボール(麦or芋) ¥500 (税込550円)
泥亀焼酎の炭酸割り。

ボトルセット

- ◆ アイス・レモン・炭酸 各 ¥200 (税込220円)
- ◆ 梅干し ¥100 (税込110円)
- ◆ 水・緑茶・お湯 1ℓポット各 ¥500 (税込550円)

- ◆ ジンソーダ ¥550 (税込605円)

日本酒

冷酒or燗 1合180ml

- 岡部 初 亀 急冷美酒 ¥700 (税込770円)
ふくよかな味わい。
- 藤枝 喜久酔 ¥700 (税込770円)
酸味少なく、燗はあま口。
- 由比 正 雪 特別本醸造 ¥700 (税込770円)
キレ良い辛口 山田錦。
- 清水 臥龍梅 純米吟醸誉富士 ¥800 (税込880円)
フルーティー。
- 山形 れ つ 純米大吟醸 ¥900 (税込990円)
香り高く、力強い辛口。

グラス提供になります。徳利もできます。

ワイン

- ◆ハウスワイン（赤・白） グラス¥500(税込550円) / デキャンタ¥1,400(税込1,540円)
- ◆オーガニックワイン<チリ産> ボトル(750ml) 各¥3,300(税込3,630円)
 - 赤 ガンマ カベルネ ソーヴィニヨン レセルヴァ ペリー系の新鮮な香り。
 - 白 ガンマ ソーヴィニヨン レセルヴァ フレッシュな果実味 辛口。
- ◆スパークリングワイン<イタリア産>アンテーザブリュット ボトル(750ml) ¥3,300(税込3,630円)

果実酒 ロック・水割・ソーダ割・お湯割等で

- ◆梅酒 ¥500(税込550円)
- ◆吟醸梅酒 ¥600(税込660円)
- ◆しずおか あらごしみかん ... ¥600(税込660円)
- ◆塩ゆず酒 ¥600(税込660円)
- ◆ふわとろ白桃&ラズベリー酒 ¥600(税込660円)

カクテル

- ◆カシスオレンジ ¥500(税込550円)
- ◆カシスウーロン ¥500(税込550円)
- ◆カシスグレープフルーツ ¥500(税込550円)
- ◆バナナオレンジ ¥500(税込550円)
- ◆バナナパイ ¥500(税込550円)
- ◆抹茶オレンジ ¥500(税込550円)
- ◆抹茶ウーロン ¥500(税込550円)

健康ソイカクテル<有機豆乳使用>

- ◆カシス豆乳 ¥500(税込550円)
- ◆バナナ豆乳 ¥500(税込550円)
- ◆抹茶豆乳 ¥500(税込550円)

オリジナルカクテル

- ◆トマトマトマト ¥700(税込770円)
<トマトジュース+塩ゆず+生搾りトマト>
- ◆みかんそいそい ¥600(税込660円)
<あらごしみかん酒+有機豆乳+豆>

のんあるカクテル

- ◆ベジ王 ¥700(税込770円)
<人参+トマト+パインジュース+生搾りトマト>
- ◆フルーツ王 ¥700(税込770円)
<りんご+パイン+オレンジジュース+生搾りグレープフルーツ>
- ◆体に良いソーダ ¥700(税込770円)
<本日のスムージー+炭酸+生搾りキウイ&レモン>

ソフトドリンク

- ◆静岡産黒ウーロン茶 ¥400(税込440円)
高ポリフェノール脂肪吸収を抑える。
- ◆有機ルイボスティ ¥400(税込440円)
活性酸素除去、便秘解消に。
- ◆有機あずき茶 ¥400(税込440円)
サポニンがコレステロールの増加を防ぎダイエットに。
- ◆静岡緑茶(無農薬) ¥400(税込440円)
- ◆玄米コーヒー ¥400(税込440円)
- ◆100%オレンジジュース ... ¥400(税込440円)
- ◆100%グレープフルーツ ... ¥400(税込440円)
- ◆カルピスウォーターorソーダ ¥400(税込440円)
- ◆カルピス豆乳 ¥500(税込550円)
- ◆手作りジンジャーエール ... ¥500(税込550円)
<生姜+アガベシロップ+炭酸>
- ◆ザクロ酢ソーダor豆乳 ¥500(税込550円)

100%ストレートプレミアムジュース

- ◆純トマト ¥500(税込550円)
- ◆すりおろしりんご ¥500(税込550円)
- ◆元気もりもり人参 ¥500(税込550円)
- ◆ゴールデンパイナップル ... ¥500(税込550円)



宴会コース 2名様から



2時間飲み放題付き
生ビール、地酒も飲めます！



お料理10品

¥5,500(税込)
コース

お料理11品

¥6,000(税込)
コース

お料理12品

¥7,000(税込)
コース

¥5,500コース一例

前菜セット、おつまみ、サラダ、刺身盛り合わせ7種
揚げもの盛合せ、人参肉巻き串焼き、串揚げ
鍋等(季節によります)、ご飯もの、デザート

魚to畑グループ店舗 sakana-to-hatake.com

直
営
店

◎本店<駅南地下の隠れ家>

〒422-8067 静岡市駿河区南町13-3 TKビルB1F
TEL 054-283-8680

■営業時間 17:00~22:00(LO.フード21:00、ドリンク21:30)
金土祝前日は17:00~23:00(LO.フード22:00、ドリンク22:30)

■定休日 月曜日(祝前日は営業)

F
C
店

◎駅南銀座店<懐石コース5,000円が人気！(二日前ご予約)>

〒422-8067 静岡市駿河区南町5-23 CAMDEN St.1F-B
TEL 090-9123-0397

■営業時間 17:00~23:00(LO.フード22:30、ドリンク22:45)

■定休日 日曜日、祝日

◎清水ドリームプラザ店『しみず魚to畑』

ヨットハーバーを眺めながらお食事。

■営業時間 【ランチ】11:00~14:00 【ディナー】17:00~22:00

■定休日 水曜日