

CLASSIC SMOOTHIES

素材の味がたっぷり濃厚な本格スムージーのクラシックスタイル。リッチ・ヘルシー・フルーツフル。白砂糖の代わりにオーガニックの天然甘味料アガベシロップを使用しています。



ストロベリーバナナ
¥520+税 [¥462 税込]
誰からも愛されるベストコンビ。何度でも飲みたい定番スムージー。
ストロベリー/バナナ/ヨーグルト/有機豆乳/有機アガベシロップ



フィコ&ポムム
¥560+税 [¥465 税込]
お店の名前にもちなんだ「イチジク」と「リンゴ」のやさしい味わい。
イチジク/バナナ/ヨーグルト/ドライイチジク/アサイー/バナナ/100%アップルジュース



アサイーソイ
¥590+税 [¥437 税込]
アマゾンのスーパーフルーツ「アサイー」。もはや定番の顔ぶれだ。
アサイー/バナナ/有機豆乳/ゴナナシロップ



ケールグリーン
¥560+税 [¥465 税込]
栄養価が高く話題のケールと、ほうれん草の濃厚なコンビネーション。
ケール/ほうれん草/バナナ/パセリ/ブルーベリー/100%アップルジュース



トリプルベリー
¥590+税 [¥437 税込]
3種のベリーのハーモニー。甘酸っぱくバランスのとれた絶妙ブレンド。
ストロベリー/ブルーベリー/ラズベリー/100%オレンジジュース/有機アガベシロップ



ブルーベリーヨーグルト
¥590+税 [¥437 税込]
朝食にいかが? 朝の王道コンビを濃厚で賢くに仕上げました。
ブルーベリー/マンゴー/ヨーグルト/有機豆乳/アガベ



グリーンブリーズ
¥560+税 [¥465 税込]
セロリが主役ですが、臭みが少なく爽やかな仕上がりの野菜スムージー。
セロリ/マンゴー/ケール/100%アップルジュース

CLASSIC SMOOTHIESは、冷たすぎない「light」スタイルでの提供が可能です。お申し付けください。

FRESH RAW JUICE

新鮮の野菜と果物だけをオーダーごとに搾って作った100%フレッシュなロージュース。希釈も調味もせず、野菜と果物のバランスで誰にでも飲みやすいおいしさが特徴です。



サンライト
¥620+税 [¥470 税込]
ショウガがキリッとしたアクセント。男性にも人気の定番ロージュースです。
ニンジン/ショウガ/リンゴ/レモン



ライトグリーン
¥620+税 [¥470 税込]
セロリが好きな人にも嫌いな人にもおすすめの飲みやすいブレンドです。
セロリ/ケール/レモン/リンゴ/ショウガ



クリムゾン
¥620+税 [¥470 税込]
真っ赤な健康野菜ビーツが、果物とのブレンドで美味しく頂けます。
ビーツ/グレープフルーツ/レモン/リンゴ/ショウガ

HOT SMOOTHIES

寒い日にもカラダを冷やさず、ホットにブレンドしたスムージーを作りました。スープのように温かい飲みこちですが、よいな調味料は使わず、野菜や果物のフレーバーが活きています。



アップルシナモン
¥520+税 [¥462 税込]
ほかほかと心までおいしく温まる一杯。特に寒い日にどうぞ!
リンゴ/ショウガ/レモン/シナモン/100%アップルジュース



ホットベリーズ
¥560+税 [¥465 税込]
甘酸っぱい、ベリーとホットミルクのブレンドがお客様の声で再登場。
ストロベリー/ブルーベリー/ラズベリー/牛乳/有機アガベシロップ



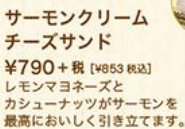
フィコ&デーツ
¥590+税 [¥437 税込]
デーツを使って、甘いホットドリンクができました。砂糖・甘味料は不使用。
イチジク/バナナ/ドライデーツ/100%アップルジュース

SANDWICHES

ボリューム満点! "Made-To-Order" (オーダーごとに作る) で提供する、最高クオリティなオリジナルサンドイッチ



フィコ&ポムムサンド
¥860+税 [¥729 税込]
F&Pを代表するスペシャルサンド。イチジクを使ったソースで仕上げました。
クーキースライス/アボカド/ゴダチーズ/グリーンリーフ



サーモンクリームチーズサンド
¥790+税 [¥483 税込]
レモンマヨネーズとカシューナッツがサーモンを最高においしく引き立てます。
スモークサーモン/クリームチーズ/トマト/グリーンリーフ/カシューナッツ



チキンパジルサンド

¥670+税 [¥724 税込]
胡麻パンにチキンとゴボウの相性が抜群。パジルソースが爽やかに香ります。
チキンプレスト/ゴボウサラダ/グリーンリーフ

ベジタブルサンド

¥710+税 [¥767 税込]
野菜が主役、お野菜たっぷり野菜サンド。ゴダチーズとトマトも厚切り。
グリーンリーフ/トマト/ゴボウサラダ/ゴダチーズ



ビーガンサンド
¥710+税 [¥767 税込]
植物由来の胡麻パン。バター代わりにオリーブオイルとマスタードを使用。
グリーンリーフ/トマト/アボカド/カシューナッツ

SIMPLE BLENDS

シンプルなお好み、定番ブレンド。お子様から大人まで。

- バナナミルク** ¥340+税 [¥367 税込]
バナナ/牛乳
- ストロベリーミルク** ¥380+税 [¥410 税込]
ストロベリー/牛乳/アガベ
- マンゴーミルク** ¥380+税 [¥410 税込]
マンゴー/牛乳
- ホットキャラボ** ¥360+税 [¥389 税込]
ノンカフェインのホットココア風ドリンク。カフェインを取れない方におすすめ。
有機キャラボパウダー/牛乳

- ローカカオアーモンドシェイク** ¥590+税 [¥637 税込]
チョコレートシェイク! セロリが主役ですが、臭みが少なく爽やかな仕上がりの野菜スムージー。
生アーモンド/有機カカオニブ/バナナ/有機キャラボパウダー/有機豆乳

COFFEE

オーガニックの豆を使ったおいしいコーヒー。紅茶もご用意しています。

- コーヒー (HOT/ICED)** ¥340+税 [¥367 税込]
[有機コーヒー豆使用]
- カフェラテ (HOT/ICED)** ¥380+税 [¥410 税込]
[有機コーヒー豆使用]
- ダーズリントー (HOT)** ¥300+税 [¥324 税込]

PRE-BOOSTED SMOOTHIES

話題のスーパーフードを中心に、オプションメニューがプリブーストされたオススムのコンビネーション。シムプルにおいしさがプラスされたものから、上級者の方にも楽しめる美容健康ドリンクまで。

- スーパーグリーン** ¥700+税 [¥756 税込]
普段の体調管理はお任せ! これぞまさにスーパーフードスムージー
ケールグリーン+スピリナパウダー
- ストロカカオココ** ¥690+税 [¥745 税込]
定番スムージーに香り・ほろり感が、食感をプラスした、ガイドのおすすめ
ストロベリー/バナナ/有機カカオニブ/ドライココナッツ
- バックヤードカップ** ¥690+税 [¥745 税込]
ガイド (スタッフ) がバックヤードで愛用していた美容スムージー
アサイーソイ/ドライココナッツ+有機キャラボパウダー
- アーリーバース・フェイバリット** ¥750+税 [¥810 税込]
「早起きは三文の得!」を応援する朝のエネルギースムージー
ブルーベリー-ヨーグルト+ドライデーツ+カシューナッツ
- ハートビート・スパイス** ¥780+税 [¥842 税込]
ピリッとプラスした2種類のスパイスがやみつきの朝発チームイチャシ
クリムゾン+ジンジャーパウダー+シナモンパウダー
- ホットフルーツオプエデン** ¥640+税 [¥691 税込]
旧約聖書にある果物の果実が大集合!
のホットスムージー
アップルシナモン+ドライデーツ+ドライイチジク
- ホットベリーココ** ¥660+税 [¥713 税込]
人気のホットスムージーに、2種類の甘みをトッピング
ホットベリーズ+ドライココナッツ+有機キャラボパウダー



GRAND MENU

FICO & POMUM JUICE

スムージーとボリュームあるサンドイッチのコンビがオススメ! トッピングオプションに3種のスパイスが加わって、どれも FRESH RAW JUICE との相性がバツグン!

OPTION

栄養価の高い食材、注目食材をオプションで追加して、その日の気分や体調に合ったあなた好みのスムージーにカスタマイズして!

TOPPING OPTION

- ドライココナッツ** ¥50+税 [¥54 税込]
おなじみココナッツの香ばしい甘み
- 有機キャラボパウダー** ¥50+税 [¥54 税込]
チョコレートのような甘いフレーバー! だけどノンカフェイン
- スピリナパウダー** ¥120+税 [¥130 税込]
60種以上の栄養素を含むとされるスーパーフード
- ジンジャーパウダー** ¥80+税 [¥86 税込]
生薬は70%以上の濃度に含まれるともわれます
- ウコンパウダー** ¥80+税 [¥86 税込]
朝のモヤモヤをシャキッと! 元氣ドリンクにカスタマイズ
- シナモンパウダー** ¥80+税 [¥86 税込]
世界最古のスパイスと言われ、様々な栄養素を含みます

BLEND OPTION

*FRESH RAW JUICE には追加できません

- ドライイチジク** ¥80+税 [¥86 税込]
食物繊維が豊富。甘み・歯ごたえ、つぶつぶ感をプラス。
- 生アーモンド** ¥80+税 [¥86 税込]
ビタミンEがたっぷり含まれる食材。おなじみの香ばしさ。
- 生カシューナッツ** ¥80+税 [¥86 税込]
スムージーにたっぷり感じ加わる美容健康の強い味方
- ドライデーツ** ¥80+税 [¥86 税込]
甘くてヘルシーなデザート。鉄分含有量はほうれん草にも匹敵!
- 有機チアシード** ¥120+税 [¥130 税込]
必須アミノ酸8種を含むと言われるスーパーフード
- 有機カカオニブ** ¥120+税 [¥130 税込]
カカオのほろ苦さ、歯ごたえ、ポリフェノールを追加