



28CafÉ Concept

Protein

Vegetables

No Sugar

You Are What You Eat!

あなたは、あなたが食べたものでできている。

あなたの体は何でできていますか...?

分子整合栄養医学に基づき、いつまでも綺麗で若々しい健康なからだづくりのためのメニューを用意しています。

老化は、からだのタンパク質に糖質が結びついた「糖化」が原因のひとつです。

良好な血糖コントロールを保つため、28CafÉのメニューやスイーツ類には血糖値が上がりにくい天然の甘味料を使っており、安心して美味しく召しあがることができます。

他にも、腸に炎症を起こすグルテンやカゼインを使用していないメニューも揃えています。

28CafÉで「健康」を見つめ直しませんか...?

Contact Us

2F 7-7-21 Minami-Aoyama, Minato-ku, Tokyo 107-0062

03-6450-5407

<https://www.28cafe.jp>

Instagram



28CafÉ

ESPRESSO

アメリカーノ

中南米産の100%有機材料のコーヒー豆を使用したブレンドでバランス良く、コク深い味わいです。
エスプレッソから作っているので、しっかりとした口当たりで風味豊かなコーヒーです。

バターコーヒー（HOTのみ）

有機材料のコーヒー豆を使用したコーヒーに、グラスフェッドバターとココナッツ由来のMCTオイルを入れ、ブレンダーで乳化するように攪拌します。
マイルドでクリーミー、そしてコクのあるカプチーノのような味わいです。

COFFEE

デカフェコーヒー

90%以上のカフェインを除去してありますが、風味や味は保たれてますので、カフェインが気になる方も、楽しんでいただけるドリップコーヒーです。



28CafÉ

LATTE

カフェラテ

華やかさがほのかに感じられるバランスの良いエスプレッソに、たっぷりのミルクを合わせました。

有機ソイラテ

中南米産の100%有機材料のコーヒー豆を使用した中深煎りのエスプレッソと有機無調整豆乳を組み合わせせております。

有機オーツミルクラテ

中南米産の100%有機材料のコーヒー豆を使用した中深煎りのエスプレッソと有機オーツ麦を使用したミルクを組み合わせました。

有機アーモンドミルクラテ

中南米産の100%有機材料のコーヒー豆を使用した中深煎りのエスプレッソと甘味料不使用の有機アーモンドミルクを組み合わせました。

ウォールナッツミルクラテ

中南米産の100%有機材料のコーヒー豆を使用した中深煎りのエスプレッソとほのかなココナッツ花蜜を感じられるウォールナッツ(くるみ)ミルクを組み合わせました。



28CafÉ

CHAI

チャイティーラテ【PRANA CHAI】

100%セイロンティーと蜂蜜をベースに、7種類のスパイスをブレンドしたオーガニックのプラナチャイ。自然の甘みとスパイスや茶葉のもたらしリラックス効果で身体の芯から癒されます。

ダーティーチャイラテ

チャイにエスプレッソを合わせました。

自然の甘みとスパイシーな香りの中に、エスプレッソのコクや旨味が感じられます。

TEA

紅茶

フレッシュなベルガモットで香りづけした、オーガニックのアールグレイティー。柑橘の香りが口の中に広がります。

抹茶ラテ

注文を受けてから抹茶を丁寧に点てています。

優しい甘みのミルクとともに抹茶本来の味を楽しめます。



ほうじ茶ラテ

苦みや渋みはほとんどなく香ばしい香りが特徴のほうじ茶。

カフェインが少ないため、皆様に楽しんでいただけます。



ドリンクのチャイやラテ類は、牛乳の代わりに下記へ変更できます。

有機無調整豆乳

オーガニックアーモンドミルク

オーガニックオーツミルク

ウォールナッツミルク

OTHER

ワイルドベリーハイビスカス

(カフェインフリー)

ハイビスカスのつぼみとエルダーベリーをブレンドしたMIGHTY LEAFのハーブティー。茶葉は砕かずにホールのもを用いているため、口一杯に広がる甘酸っぱさと鮮やかなベリーの色で、見た目も香りも楽しめます。

レッドレモネード

(カフェインフリー)

レッドベリーティーにレモンを絞り、血糖値が上がりにくい天然の甘味料で甘みをつけました。ハイビスカス、エルダーベリー、レモンに含まれる豊富な抗酸化成分により、皮膚や美容にオススメのドリンクです。

オーガニックアフリカネクター

(カフェインフリー)

南アフリカ産の有機ルイボスにハイビスカスの花などをブレンド。甘く華やかな香りが印象的なハーブティーです。

ビタミンカクテル

(カフェインフリー)

ビタミンC、B1、B2、B6、ナイアシン、葉酸、パントテン酸、ビタミンP、ビタミンAをまとめて摂ることができる、レモン味の栄養ドリンクです。疲れている時、風邪気味な時など、元気を出したいときに特にオススメです。



SWEETS

28CafEスイーツには、血糖値を上昇させる精製された砂糖類は使わず、血糖値に影響が少ない天然の甘味料を使っています。安心して召しあがれるスイーツをお楽しみください。

バスクチーズケーキ

小麦粉、砂糖不使用の低糖質なチーズケーキで糖質量約40%カットされています。血糖値が上昇しにくいアガベシロップを使っていますので、しっかりと甘みも感じられます。



- | | |
|--|----------------------------------|
| ☒ カフェインフリー | ☐ カゼインフリー |
| ☒ グルテンフリー | ☐ ヴィーガン |

マフィン（プレーン/チョコチップ）

アーモンドパウダーとおからパウダーで作ったグルテンフリーな低糖質なマフィンです。チョコチップ味は、砂糖不使用の高カカオのチョコレートを使っています。



- | | |
|--|---|
| プレーン | |
| ☒ カフェインフリー | ☒ カゼインフリー |
| ☒ グルテンフリー | ☐ ヴィーガン |
| チョコチップ | |
| ☐ カフェインフリー | ☐ カゼインフリー |
| ☒ グルテンフリー | ☐ ヴィーガン |

プロテインビスケット

1食で約10グラムのタンパク質が取れるビスケットです。
優しい甘みで食感もよく、コーヒーの苦味と合うビスケットです。



- | | |
|--|----------------------------------|
| ☒ カフェインフリー | ☐ カゼインフリー |
| ☒ グルテンフリー | ☐ ヴィーガン |

ブリスボール 3種

オーストラリア生まれの、砂糖・グルテン・食品添加物フリーのお菓子。
ナッツやドライフルーツをベースに、カカオ・ココナッツ・抹茶味の3種をご用意しました。



- | | |
|---|---|
| ☐ カフェインフリー | ☒ カゼインフリー |
| ☒ グルテンフリー | ☒ ヴィーガン |

DISHES

数量限定 11:00 ~ 15:00

オリジナルスパイスチキンカレー

28CafEで調合した10種のスパイスと、小麦粉を使わずに無水調理で仕上げた栄養満点なカレー。スパイスには様々な効果があり、特に抗酸化や肝機能の活性化、消化機能の向上に効果があります。お米には血糖値が上がりにくい高アミロース米であるバスマティライスを使っており、血糖コントロールにも配慮したカレーです。ご賞味ください。

- | | |
|--|---|
| ☒ カフェインフリー | ☒ カゼインフリー |
| ☒ グルテンフリー | ☐ ヴィーガン |



ダルカレー

チャナダール、ムングダールというインドでポピュラーな豆とひよこ豆を使ったスパイスカレー。肉やバターなどの動物性食品を使っていません。油には酸化に強く、抗菌作用もあるココナッツオイルを用いています。豆と野菜の水分だけで煮込み、旨味が凝縮されているので、ヘルシーだけど満足できるカレーです。

- | | |
|--|---|
| ☒ カフェインフリー | ☒ カゼインフリー |
| ☒ グルテンフリー | ☒ ヴィーガン |



オリジナルスパイスカレー&ダルカレー2種

2種のカレーや添え物を混ぜながら、味の変化を楽しんで食べるのもオススメです。是非、お試しください。

- | | |
|--|---|
| ☒ カフェインフリー | ☒ カゼインフリー |
| ☒ グルテンフリー | ☐ ヴィーガン |



ランチドリンクセット

お好きなドリンクをお選びください。
(デザートはセットの対象外です。)

アメリカーノ
紅茶
ハーブティー

チャイティーラテ
カフェラテ / ソイラテ
抹茶ラテ
ほうじ茶ラテ
レッドレモネード

ダーティーチャイ
アーモンドミルクラテ
ウォールナッツラテ
オーツミルクラテ