



LUNCH MENU

ランチタイム11:30から14:00

* ティティランチ 700円

店内ボードの玄米ランチ・パスタランチよりお選びください

毎日とってほしい栄養のバランスを考え、添加物を使用せず作った、毎日でも食べてほしい日替わりランチです。

【ドリンク付き コーヒー・紅茶・日本茶】

食後のデザート

* 日替わりデザート 200円

焼き菓子やアイスなど健康志向のおやつです。

人気のスムージー

暑い日にはぴったりの野菜のスムージー。生野菜を手軽に摂取。

* 栄養満点 少なめスムージー Ice 200円

* 種類のたっぷりスムージー Ice 500円

緑・黄色・ミックス よりお選びください。

* リンゴのあったかスムージー 300円



Drink Menu



* コーヒー	Hot・Ice	300円
* 紅茶	Hot・Ice	300円
* はちみつレモン	Hot・Ice	300円
* ココア	Hot・Ice	300円
* ソイカフェラテ	Hot	400円
* 抹茶ラテ	Hot	400円
* 黒糖きなこラテ	Hot	400円
* 甘酒ラテ	Hot	400円

※当店では牛乳の代わりに豆乳を使用していますが、

くせがなくなるようお作りしています。

テイクアウトしています! 【容器代が別途かかります。20円~】

ランチやドリンクが帰りにも楽しめますよ!

混雑時お待たせすることもあります。ご了承くださいませ。

当院医師もオススメ スムージーの効果 秋・冬編

バナナとヨーグルトとベースに野菜やフルーツをそのままミキサーにかけました。冷たくすることで本来の栄養をそのまま摂取することができます。

食物繊維、ビタミン等、不足しがちな栄養がたっぷり入って抗酸化作用が強いのでアンチエイジング効果も期待できるんです。ティティでは季節の野菜や果物で3種類をご用意しました。

緑色 ブロッコリーや小松菜等の緑の野菜で寝不足や貧血気味の方にオススメ。コレステロールが気になる方も。

黄色 人参とかぼちゃ、柑橘系。β-カロチン、カリウムも豊富。胃が弱っている時、腸内環境を正常に。

ミックス すべて少しづつミックスしています。



秋冬限定

ティティのシフォンケーキ 150円

ティティのシフォンケーキは新潟県産のコシヒカリの米粉を使用し、しっとりとし食べやすくなっております。

1個のケーキには5gしかお砂糖を使用しておりません。卵も沢山入っていますので、タンパク質もしっかり!

運動後にもオススメしたいケーキです。

数に限りがあり、ご用意できない時があります。ご了承ください。

添加物をなるべく使用せず、玄米や大豆、野菜をたっぷり使い愛情込めて手作りしています。

心も体も元気になるティティでゆっくりおくつろぎください。

アンチエイジングカフェ ティティ

月～金 AM 11:00 から PM 14:00

ランチは 11:30 より