



14種類の中から好きなデリを!

3

Information

トータル
フーズ
FOODS

六本木ヒルズ店

六本木駅

☎ 03-5414-1877
 住 東京都港区六本木6-4-1
 メトロハット/ハリウッドプラザB2
 営 10:00~22:00、
 土日祝10:00~20:00 休 不定休



身体を内側から整えるカフェ

3 低糖質カフェ

カジュアルに
低糖質食を

ト レーニングジム「TOTAL Work
OUT」が手掛けるデリカフェの

テーマは「高タンパク質、低脂肪、低糖質」。タンパク質は人間の身体の代謝を上げる栄養素。脂肪や糖質を極力少なくすることで、体脂肪がエネルギーとして使われるため太りづらい身体になるという考え方に基づき、惣菜をはじめタンパク質摂取をメインコンセプトに据えた料理をカジュアルに楽しむことができる。選べるデリプレートにスーパーフードのキヌアや玄米、食物繊維を豊富に含む全粒粉パスタなどを合わせればポリウムもたっぷり。砂糖を一切使わずおからや自然甘味料を使ったデザートなども人気だ。



1.14種類のデリは週に2回ほど新しいメニューが入り替わる。デリは11:00から利用可能だ。2.六本木ヒルズハリウッドプラザ内。「TOTAL Workout」の向かいにあるのでジムの利用後にも使える。3.「スーパーフードデリプレート」¥1,200/8種類のデリに玄米ごはん付き。デリは単品(100g/¥430)でもOK。4.「牛赤身肉100%の粗挽きハンバーグ」¥1,100



3



2



4

Information

タヒチアン
Noni Cafe

新宿駅

☎ 03-4330-8639
 住 東京都新宿区西新宿3-2-2
 タヒチアンノビル1F
 営 11:00~19:00、日11:00~18:30
 休 祝日定休(祝日が土曜の場合は営業)

1



酵素を壊さない
ローフード!

身体に優しいローフードカフェ

南 国のリゾート地を思わせるような明るく開放感のあるカフェは「カラダにやさしい」がコンセプト。食材や調理法を意識した野菜メニューを中心に、抗糖化・抗酸化食材や低GI食品を使用した抗「AGE」メニュー、食物の酵素を壊さないよう低温で調理したローフード、ビタミンやミネラルを豊富に含む果実「ノニ」や、ノニジュースで育てた鶏の産んだ「ノニ卵」を使用したメニューなどを豊富に揃えている。季節限定のメニューやオリジナルリテイアある創作メニューも数多く、美味しく身体に優しい料理の数々を楽しむことができる。

1.「ナッツの巻きずしプレート」¥1,280「ノニジュース(ショット)」¥300/植物酵素がたっぷり摂れるローフード。生のナッツをペーストにしてご飯の代わりに野菜を巻いた寿司。2.「穀物パンのヘルシーサンドプレート」¥900/ノニ卵とキノコマリネのサンドは食物繊維がたっぷり。3.毎日15:00~AGE測定も無料で行っている。4.タヒチをイメージした明るいカフェ。