



SHABU  
SHABU

れたす



×



LUNCH  
MENU

れたすのこだわり

一八二〇、  
十八十〇。

厳選お肉と  
新鮮お野菜

お肉は管理方法や  
スライスの厚さなど  
部位により最も適した  
状態で提供しています。  
お野菜は全国の  
農家さんから届きます。  
旬ならではの季節野菜や  
ちよつと変わったお野菜など  
味だけではなく見た目でも  
楽しいインスタ映えも  
バッチリです。



飲める  
お出汁

毎日お店で炊き出している  
「一番出汁」。  
鹿児島県枕崎産の舞削り節や  
数種類の削り節で挽いた  
無添加の一番出汁です。  
豊かな本枯れ節の香りが  
ギュッと詰まった  
そのまま飲んでも美味しい  
「飲むの出汁」をご用意。  
至福のしゃぶしゃぶの  
お時間をご堪能ください。



れたす特製  
生搾りポン酢

自家製ほん酢は  
お店で柑橘系果実を  
絞って仕上げていますので  
華やかな味わいと  
鼻に抜ける  
爽やかな香りが特徴です。  
どんなお肉にも  
相性抜群でお肉や  
お野菜の美味しさを  
引き立てます。



七宝  
チーパオ  
麻辣湯とは？



「七宝麻辣湯(チーパオマラータン)」は、2007  
年に東京・渋谷で誕生。美味しく食事しながら身体  
を内側から元気にする、美容健康・医食同源がコン  
セプトに「好きなものを、好きなだけ選ぶ楽しさ」  
と「美容・健康を気遣いながらしっかりと食べられる  
満足感」が両立できるスタイルが特徴。鶏や牛の  
旨味をベースに30種以上の薬膳スパイスを配合  
したスープと、50種類以上の具材・麺・辛さを自由  
に選べる「自分だけの一杯」を提供しています。

◆ 痩身・健胃

薬膳のほとんどは中国では漢方薬として使われ  
ているもので、痩身や健胃など様々なデトックス  
効果が期待できます。

◆ 健康増進

食物繊維豊富な野菜を取り揃えており、美味しく  
食事をしながら身体を内側から元気にすることが  
七宝麻辣湯のコンセプト。

◆ 美容促進

美肌を作るコラーゲンがたっぷり、唐辛子の  
カプサイシンは脂肪燃焼の効果が期待できます。  
ダイエットに最適なヘルシーフードです。

限定  
期間

# LUNCH MENU

コラボ特典  
お替わり自由!

セット内容 **お肉** + **厳選こだわり野菜盛り** + **麻辣スープ** + **選べるトッピング3品** + **七宝春雨**

Set Contents

Meat + Assorted Premium Vegetables + Mala Soup + Choose 3 toppings + Chipiao Harusame [Free Refills]

※季節によりお野菜の内容は余儀なく変更になる場合があります。予めご了承ください。※価格はすべて税込みです。写真はイメージです。\*Please note that the selection of vegetables may change depending on the season. \*All prices include tax.\*The photo is for illustrative purposes only.



選ぶほど、おいしく整う。  
The More You Choose, The Better it Tastes.

チーバオ 七宝 七宝麻辣湯 Chipiao Malatan

※1辛~5辛からお選びください Please choose a level from 1 to 5.

## 薫香豚セット

Aromatic Pork Set

● 薫香豚のロース 5枚 5 Slices of Aromatic Pork Loin

1,500円

## れたすセット

LE-TA-SU Set

● 薫香豚ロース 4枚 4 Slices of Aromatic Pork Loin  
● 熟成牛タン 2枚 2 Slices of Aged Beef Tongue  
● 黒牛の赤身ロース 2枚 2 Slices of Lean Beef Loin from a Black Cow

1,800円

## プレミアム れたすセット

Premium LE-TA-SU Set

● 薫香豚バラ 2枚 2 Slices of Aromatic Pork Belly  
● 薫香豚ロース 2枚 2 Slices of Aromatic Pork Loin  
● 熟成牛タン 4枚 4 Slices of Aged Beef Tongue  
● 黒毛和牛サーロイン 1枚 1 Slice of Black Wagyu Sirloin

2,200円

オススメ  
Recommend

1辛  
【ピリ辛】

Level 1 [Spicy]  
初めてで心配な  
方はピリ辛で。

2辛  
【中辛】

Level 2 [Medium Spicy]  
辛いは旨い!  
おすすめ中辛。

3辛  
【大辛】

Level 3 [Very Spicy]  
やみつきの  
辛さ3倍。

4辛  
【激辛】

Level 4 [Extremely Spicy]  
思わず口から  
火をふきます。

5辛  
【極辛】

Level 5 [Extremely Spicy]  
1度はチャレンジ  
したい極辛。

6辛~10辛までご用意できます!

We offer levels ranging from  
6 to 10 on the spice scale!

100円  
ずつ  
プラス

100 yen each plus

選べるトッピング  
「左から3つお選びください」  
※4つ目以降はプラス料金となります。

追加  
トッピング  
+100円

Toppings to Choose From Please Select 3 Items from The Left \*Additional Charges Apply for The Fourth Item And Beyond.

### 「旬の新鮮野菜」

Fresh Seasonal Vegetables

- 黒きくらげ
- 白きくらげ
- ヤングコーン
- れんこん
- 青梗菜
- さつまいもスティック
- カリーケール
- 国産玉ねぎ
- シニョール
- Black Wood Ear Mushrooms
- White Wood Ear Mushrooms
- Baby Corn
- Lotus Root
- Bok Choy
- Sweet Potato Sticks
- Curly Kale
- Domestic Onions
- Cherry Tomatoes

### 「鍋とも」

Nabe-Tomo

- プンゴジャ
- 魚卵団子
- 肉入りワンタン
- 棒湯葉
- 揚げ湯葉
- もちしやん
- 韓国餅
- Bunmoja
- Fish Roe Dumplings
- Meat-Filled Wontons
- Stick-Shaped Yuba
- Fried Yuba
- Mochi Shabu-Shabu
- Korean Rice Cakes

### 「逸品」

A Masterpiece

- うずらのたまご
- ポークソーセージ
- モッツアレラチーズ
- チーズトッピング
- 鶏つくね
- Quail Eggs
- Pork Sausages
- Mozzarella Cheese
- Cheese Teokbokki
- Chicken Meatballs



ごはん(中)・雑穀米(中)  
White Rice (Medium)・Mixed Grain Rice (Medium)

+200円



追加のお肉

Extra Meat

- 薫香豚盛り合わせ Aromatic Pork Platter
- 黒牛の盛り合わせ Black Beef Platter
- 熟成牛タン Aged Beef Tongue
- 薫香豚バラ1枚 1piece of Aromatic Pork Belly
- 薫香豚ロース2枚 2pieces of Aromatic Pork Loin
- 黒牛カルビ2枚 2 Black Beef Libs
- 黒牛の赤身ロース1枚 1 lean Black Beef Loin
- 熟成牛タン6~8枚 6-8 pieces of Aged Beef Tongue

280円

380円

1,500円