

しぞ〜か 魚 to 火

健康
居酒屋

SAKANA TO HATAKE

当 店のこだわり5か条

1. 砂糖・小麦粉不使用(グルテンフリー)・無添加
2. 天然調味料・揚げ油は米胚芽油
3. お通しはスモージー&ローフード 酵素で消化、吸収、代謝に
4. 自家農園の有機野菜 日替わりメニューに登場!
5. 鮮度抜群のお刺身! 毎朝、由比漁港の朝セリへ・清水港へ

魚 to 畑で使用するこだわり調味料など

- 〈 味 噌 〉 鈴木こうじ店(駿河区)
- 〈 醬 油 〉 栄醤油(掛川で桶造り)
- 〈 塩 〉 各地の天然塩
- 〈 酢 〉 千鳥酢
- 〈 ソ ー ス 〉 無添加ウスター
- 〈三河みりん〉 2年かけて作られます
- 〈ドレッシング〉 自家製 アマニ油、米胚芽油、千鳥酢、野菜たっぷり
- 〈 砂 糖 〉 アガベシロップ・玄米水飴を使用(低GI血糖値を抑える)
- 〈 バ タ ー 〉 グラスフェッドバター(牧草のみを食べた牛の乳が原料)
- 〈 卵 〉 美黄卵
- 〈 肉 〉 朝霧高原豚、静岡地養鳥
- 〈 わ さ び 〉 有東木の生わさび

魚to畑
人気
ランキング

第1位



とろける人参の朝霧高原豚巻き串焼き

1本 ¥300 (税込330円)

第2位



とれたて地魚のお刺身盛り合わせ

¥1,880 (税込2,068円)

第3位



きれいになるサラダ

¥880 (税込968円)

第4位

清水産ガルシアチーズの

おから粉串揚げ 1本 ¥300 (税込330円)

第5位

炊きゴボウの唐揚げ ¥440 (税込484円)

第6位



国産黒毛和牛100%つくね

1本 ¥480 (税込528円)

第7位



清水産じゃこと豆腐のかき揚げ

2玉 ¥240 (税込264円)

第8位

米粉のもちもちチヂミ ¥540 (税込594円)

第9位

用宗産アカモクと長芋の

しいたけコロッケ 1個 ¥240 (税込264円)

第10位

健幸生ケーキ

1cut ¥480 (税込528円)



おつまみ

- ◆お店で茹でた枝豆 …… ￥440 (税込484円)
- ◆燻製チーズ お店で燻製 …… ￥440 (税込484円)
- ◆自家製ぬか漬け盛合せ… ￥440 (税込484円)
ビタミン・ミネラル・乳酸菌。
- ◆かつお塩辛 伊豆産 無添加… ￥440 (税込484円)
- ◆静岡産 冷やしトマト …… ￥440 (税込484円)
- ◆数量限定! 豆腐の塩麴漬け… ￥440 (税込484円)
まるでクリームチーズ!?



きれいになるサラダ …… ￥880 (税込968円)
アマニ油と米胚芽油の自家製ドレッシング。

静岡名物! 当店オリジナル
健康国産黒毛和牛使用



数量限定! 静岡おでんの牛筋煮込み

…………… ￥630 (税込693円)
健康国産黒毛和牛の牛筋使用。はんぺん、大根、蒟蒻、牛筋入り。



焼きもん



とろける人参の朝霧高原豚巻き串焼き
…………… 1本 ￥300 (税込330円)

- ◆長芋の大葉チーズ
朝霧高原豚巻き串焼き 2本 ￥440 (税込484円)



野菜たっぷり
鉄板チーズ焼き
…………… ￥730 (税込803円)

無添加チーズ使用。

- ◆静岡産しいたけバター醤油焼き
…………… 2本 ￥440 (税込484円)
免疫力upにgood!

- ◆健康まっ黒はんぺん焼き
…………… 2本 ￥340 (税込374円)
DHA、EPA、カルシウム。
当店限定の特注品。イワシとイカ墨入り。無添加。
砂糖ではなくアガベシロップを使用しております。

- ◆用宗産たたみいわし炙り焼き
…………… ￥630 (税込693円)
カルシウム・ビタミンD豊富で骨元氣。

- ◆美黄卵の出汁巻き
…………… ￥680 (税込748円)
餌にこだわった甘味が強い卵です。

- ◆数量限定! 静岡産 鹿のヒレステーキ
…………… ￥1,280 (税込1,408円)
低脂肪・高タンパク・ミネラル豊富でヘルシー。

- ◆有機玉ねぎステーキ
…………… ￥530 (税込583円)
グラスフェッドバターのせ。



国産黒毛和牛100%つくね
…………… 1本 ￥480 (税込528円)

※写真はサーロインです

数量限定
名物! 健康牛



国産黒毛和牛のステーキ

- ◆しんたま (赤身) …… 100g ￥1,380 (税込1,518円)
- ◆サーロイン (脂あり) …… 140g超 ￥1,980 (税込2,178円)

脂が健康に
質改善され
旨味UPと
え

揚げもん 米胚芽油100%

- ◎衣はパン粉ではなくおから粉を使用。
衣の糖質を大幅にカットしタンパク質・食物繊維を摂取できます。
- ◎米胚芽油には、抗酸化作用が強いビタミンEが豊富に含まれます。
特有成分γ-オリザノールにより様々な生活習慣病予防に役立ちます。



炊きゴボウの唐揚げ ¥440 (税込484円)
血液浄化、美肌効果。

- ◆**健康まっ黒はんぺん串揚げ** 2本 ¥440 (税込484円)
当店限定の特注品。イワシとイカ墨入り。無添加。
砂糖ではなくアガベシロップを使用しております。
- ◆**じゃが揚げ** ¥440 (税込484円)
ビタミンC、カリウム。

- ◆**おさつフライ** ¥530 (税込583円)
グラスフェッドバター&蜂蜜添え
食物繊維が豊富に含まれています。
- ◆**揚げたて厚揚げ** ¥630 (税込693円)
イワシ節たっぷり。

- ◆**静岡地養鳥のヘルシー唐揚げ** 5個 ¥630 (税込693円)
胸肉でイミダペプチド補給。

- ◆**鹿肉のメンチカツ** 2個 ¥600 (税込660円)
ヘルシー。隠し味に白ワインを使用しています。

- ◆**由比産桜海老の米粉で作るかき揚げ** ¥680 (税込748円)
サクサク甘い。

- ◆**米粉の野菜天ぷら盛合せ** ¥730 (税込803円)



- ◆**清水産じゃこと豆腐のかき揚げ**
..... 2玉 ¥240 (税込264円)



- ◆**用宗産アカモクと長芋の
しいたけコロッケ**
..... 1個 ¥240 (税込264円)
フコイダンで免疫UP。



健康串揚げ <米粉、長芋&豆乳、おから粉、米胚芽油>

- ◆**玉ねぎの串揚げ** 2本 ¥440 (税込484円)
硫化アリルで血液サラサラ。
- ◆**レンコンの串揚げ** 2本 ¥440 (税込484円)
食物繊維、ビタミンCが豊富です。
- ◆**しいたけの串揚げ** 2本 ¥440 (税込484円)
免疫力UPにgood!
- ◆**清水産ガルシアチーズの串揚げ** 1本 ¥300 (税込330円)
美味さ最高レベル!
- ◆**天使の海老串揚げ** 1本 ¥440 (税込484円)
刺身用の海老。頭も尻尾も美味しい。



ごはんもん 十六穀米使用



米粉のもちもちチヂミ カリカリもちもち食感!ごま油の香りが◎ ¥540(税込594円)

◆**栄醤油の焼きおにぎり** 2個 ¥440(税込484円)

◆**あっさり出汁のお茶漬け(梅・鮭・カツオ塩辛)** 各¥530(税込583円)

◆**しぞ〜か わさび飯** ¥440(税込484円)

有東木わさびとイワシ節。

◆**ごはんde好み焼き 豚ねぎチーズ** ¥730(税込803円)

小麦粉不使用。米・長芋・卵を練って、鉄板とオープンで焼き上げます。



デザート <砂糖・牛乳・小麦粉不使用>の自家製

◆**キャラメル風くるみアイス** ¥300(税込330円)

カシューナッツ、くるみ、ココナッツオイル、デーツ、アガベシロップ

◆**有機豆乳と米粉で作った『カスタード風プリン』** ¥360(税込396円)

有機豆乳、米粉、かぼちゃ、寒天、アガベシロップ、メープル



健幸生ケーキ

(日替わりメニューよりお選び下さい)

..... 1cut¥480(税込528円)

生きた酵素のローズスイーツ。

生の食材を48℃以下で調理しているため酵素が

生きており、ビタミン・ミネラル・タンパク質

食物繊維・オメガ3・中鎖脂肪酸なども

摂ることができる健康スイーツです。

生アーモンド、生カシューナッツ、ココナッツオイル、

ローカカオパウダー、アガベシロップ、メープル、

野菜果物など



ドリンク

☆当店のお茶割・サワーの焼酎は、静岡の米焼酎『才助』を使用しております。

ハイボール(デュワーズ)

- ◆デュワーズハイボール ¥530(税込583円)
- ◆りんごハイボール ¥630(税込693円)
- ◆人参ハイボール ¥630(税込693円)
- ◆パインハイボール ¥630(税込693円)
- ◆トマトハイボール ¥630(税込693円)

ビール

- ◆生中<静岡麦酒> ¥630(税込693円)
- ◆瓶ビール<キリン一番搾り> ¥720(税込792円)
- ◆ノンアルコールビール ¥500(税込550円)

ビアカクテル

- ◆レッドアイ ¥630(税込693円)
- ◆シャンディガフ ¥600(税込660円)

お茶割(静岡米焼酎「才助」)

- ◆しぞ〜か割(無農薬緑茶割) ¥580(税込638円)
静岡No.1の緑! ? カテキンいっぱい。
- ◆静岡産黒ウーロン茶割 ¥580(税込638円)
高ポリフェノール脂肪吸収を抑える。
- ◆有機ルイボスティ割 ¥580(税込638円)
活性酸素除去・便秘解消に。
- ◆有機あずき茶割 ¥580(税込638円)
サボニンがコレステロールの増加を防ぎダイエットに。

サワー(静岡米焼酎「才助」)

- ◆生搾りレモンサワー ¥630(税込693円)
- ◆生搾りキウイサワー ¥630(税込693円)
- ◆季節の生搾りサワー ¥630(税込693円)

数量限定

当店名物! テキーラベース

- ◆まるごと凍らせ 塩レモンサワー ¥700(税込770円)
国産無農薬レモン使用。
- ◆まるごと凍らせ 塩トマトサワー ¥600(税込660円)
- ◆追いサワー ¥400(税込440円)

焼酎 ロック・水割・ソーダ割・お茶割・お湯割

- ◆しずおか米焼酎 才助(米) ¥530(税込583円)
- ◆しずおか芋焼酎 才助(芋) ¥580(税込638円)

幻の芋焼酎

- ◆八色(芋) 高知産翠王使用 ¥630(税込693円)

おすすめ! 長崎県大島酒造

原材料・製法にこだわったレア焼酎

- ◆泥亀(麦or芋) ¥530(税込583円)
..... ボトル¥3,200(税込3,520円)
- ◆泥ボール(麦or芋) ¥530(税込583円)
泥亀焼酎の炭酸割り。

ボトルセット

- ◆アイス・レモン・炭酸 各¥200(税込220円)
- ◆梅干し ¥100(税込110円)
- ◆水・緑茶・お湯 1ℓポット各¥500(税込550円)

- ◆ジンソーダ ¥530(税込583円)

日本酒 冷酒or燗 1合180ml

- 岡部** 初 亀 急冷美酒 ¥700(税込770円)
ふくよかな味わい。
- 藤枝** 喜久酔 ¥700(税込770円)
酸味少なく、燗はあま口。
- 由比** 正 雪 特別本醸造 ¥700(税込770円)
キレイ辛い口 山田錦。
- 清水** 臥龍梅 純米吟醸誉富士 ¥800(税込880円)
フルーティー。
- 山形** れ つ 純米大吟醸 ¥900(税込990円)
香り高く、力強い辛口。

グラス提供になります。徳利もできます。

ワイン

- ◆ハウスワイン（赤・白） グラス¥530(税込583円) / デキャンタ¥1,500(税込1,650円)
- ◆オーガニックワイン<チリ産> ボトル(750ml) 各¥3,300(税込3,630円)
 - 赤 ガンマ カベルネ ソーヴィニヨン レセルヴァ ペリー系の新鮮な香り。
 - 白 ガンマ ソーヴィニヨン レセルヴァ フレッシュな果実味 辛口。
- ◆スパークリングワイン<イタリア産>アンテーザブリュット ボトル(750ml) ¥3,300(税込3,630円)

果実酒 ロック・水割・ソーダ割・お湯割等で

- ◆梅酒（鶴梅完熟） ¥580(税込638円)
- ◆吟醸梅酒 ¥630(税込693円)
- ◆しずおか あらごしみかん ... ¥630(税込693円)
- ◆塩ゆず酒 ¥630(税込693円)
- ◆ふわとろ白桃&ラズベリー酒 ¥630(税込693円)

カクテル

- ◆カシスオレンジ ¥550(税込605円)
- ◆カシスウーロン ¥550(税込605円)
- ◆カシスグレープフルーツ ¥550(税込605円)
- ◆抹茶オレンジ ¥550(税込605円)
静岡産『天空の抹茶』使用
- ◆抹茶ウーロン ¥550(税込605円)
静岡産『天空の抹茶』使用

健康ソイカクテル<有機豆乳使用>

- ◆カシス豆乳 ¥550(税込605円)
- ◆抹茶豆乳 ¥550(税込605円)
静岡産『天空の抹茶』使用

オリジナルカクテル

- ◆トマトマトマト ¥700(税込770円)
<トマトジュース+塩ゆず+生搾りトマト>
- ◆みかんそいそい ¥630(税込693円)
<あらごしみかん酒+有機豆乳+豆>

のんあるカクテル

- ◆ベジ王 ¥700(税込770円)
<人参+トマト+パインジュース+生搾りトマト>
- ◆フルーツ王 ¥700(税込770円)
<りんご+パイン+オレンジジュース+季節の生搾り>
- ◆体に良いソーダ ¥700(税込770円)
<本日のスムージー+炭酸+生搾りキウイ&レモン>

ソフトドリンク

- ◆静岡産黒ウーロン茶 ¥400(税込440円)
高ポリフェノール脂肪吸収を抑える。
- ◆有機ルイボスティ ¥400(税込440円)
活性酸素除去、便秘解消に。
- ◆有機あずき茶 ¥400(税込440円)
サポニンがコレステロールの増加を防ぎダイエットに。
- ◆静岡緑茶（無農薬） ¥400(税込440円)
- ◆玄米コーヒー ¥400(税込440円)
- ◆100%オレンジジュース ... ¥400(税込440円)
- ◆100%グレープフルーツ ... ¥400(税込440円)
- ◆カルピスウォーターorソーダ ¥400(税込440円)
- ◆カルピス豆乳 ¥500(税込550円)
- ◆手作りジンジャーエール ... ¥500(税込550円)
<生姜+アガベシロップ+炭酸>
- ◆ザクロ酢ソーダor豆乳 ¥500(税込550円)

100%ストレートプレミアムジュース

- ◆純トマト ¥530(税込583円)
- ◆すりおろしりんご ¥530(税込583円)
- ◆元気もりもり人参 ¥530(税込583円)
- ◆ゴールデンパイナップル ... ¥530(税込583円)



宴会コース 2名様から



2時間プレミアム飲み放題付き

生ビール、地酒も飲めます！



お料理10品

¥6,000(税込)
コース

お料理11品

¥6,500(税込)
コース

お料理12品

¥7,000(税込)
コース

¥6,000コース一例

前菜セット、おつまみ、サラダ、刺身盛り合わせ7種
揚げもの盛合せ、人参肉巻き串焼き、串揚げ
鍋等(季節によります)、ご飯もの、デザート など

魚to畑グループ店舗 sakana-to-hatake.com

直
営
店

◎本店<駅南地下の隠れ家>

〒422-8067 静岡市駿河区南町13-3 TKビルB1F
TEL 054-283-8680

■営業時間 17:00~22:00(LO.フード21:00、ドリンク21:30)
金土祝前日は17:00~23:00(LO.フード22:00、ドリンク22:30)

■定休日 日曜日・月曜日(定休日は、団体様の貸切宴会承ります)

F
C
店

◎駅南銀座店<懐石コース5,000円が人気！(二日前ご予約)>

〒422-8067 静岡市駿河区南町5-23 CAMDEN St.1F-B
TEL 090-9123-0397

■営業時間 17:00~23:00(LO.フード22:30、ドリンク22:45)

■定休日 日曜日、祝日

◎清水ドリームプラザ店『しみず魚to畑』

ヨットハーバーを眺めながらお食事。

■営業時間 【ランチ】11:00~14:00 【ディナー】17:00~22:00

■定休日 水曜日

プレミアム 飲み放題

SAPPORO
静岡麦酒



生ビール

ふじのくに限定!

静岡麦酒

瓶ビール

キリン一番搾り

ノンアルコールビール

キリングリーンズフリー



静岡県限定
樽生

ウイスキー

ロック・水割り



デュワーズハイボール



人參ハイボール
トマトハイボール
りんごハイボール
パインハイボール

焼酎

静岡芋焼酎 才助芋 静岡米焼酎 才助米

泥亀麦 泥亀芋

泥ポール麦 泥ポール芋

〔静岡米焼酎才助使用〕

グレープフルーツジュース割り

オレンジジュース割り

有機レモンサワー



お茶割り

〔静岡米焼酎才助使用〕

しそくか割り (無農薬緑茶使用)

黒ウーロン茶割り

有機ルイボスティー割り



カクテル

〔静岡産天空の抹茶使用〕

抹茶ソーダ

抹茶オレンジ

抹茶グレープフルーツ

抹茶豆乳

ジンソーダ

ジンオレンジ

ジングレープフルーツ

カシスソーダ

カシスオレンジ

カシスグレープフルーツ

カシス豆乳



ワイン

赤・白 (グラスorデキャンタ)



日本酒

〔冷酒〕

若武者 (グラスor德利)

初亀 (グラス提供)

喜久酔 (グラス提供)

正雪 辛口 (グラス提供)

本日の日本酒

〔燗酒〕

若武者



ソフトドリンク

緑茶 (無農薬緑茶使用)

黒ウーロン茶

有機ルイボスティー

オレンジジュース

グレープフルーツジュース

ザクロ酢ソーダ

ザクロ豆乳

カルピスソーダ

カルピス

梅酒

鶴梅 完熟

