

新しい食のかたちを考える

[季刊バルコラボ]

バルコラボ

BAL CO-LAB

GRAND MENU



沖縄×肉バル

新たな発見、感動が楽しめる
バルコラボの新たな挑戦

COVER INTERVIEW

コース料理がお得に楽しめる！

那覇めしグランプリ
グランプリ受賞「牛カツ」
真栄田岬に登場。
是非、ご堪能ください。

Grand menu 11:30~close
Lunch menu 11:30~15:00

Vol. **13**
2021 **WINTER**

2020.12.21

※当店はテーブルチャージとして330円いただいております。(17:00~)

Appetizer



01



02



04



03



06



05

01 海老とアボガドディップ

¥980 (税込)



Shrimp and avocado dip

02 オリーブの盛合わせ

¥680 (税込)



Assorted Olives

03 マスカルポーネチーズのハニーディップ

¥880



honey cheese dip

04 自家製ピクルス

¥580 (税込)



Pickles

05 アボガドサルサチップス

¥980 (税込)



Avocado Salsa Chips

06 ザ・アンチョビキャベツ

¥880 (税込)



Anchovy cabbage



07



08



09

07 きのこのマリネ

¥880 (税込)



Mushroom Japanese style marinade

08 タコとセロリマリネ

¥880 (税込)



Octopus and celery marinade

09 イベリコ豚のパテ

¥880 (税込)



Iberico pig's putty



01 生ハムとトマトのカナッペ

¥880 (税込)



Raw ham and Tomato Canape



02 アンチョビとオリーブのカナッペ

¥880 (税込)



Anchovy and olive Canape



03 スモークサーモンのカナッペ

¥880 (税込)



Smoked Salmon Canape



04 本日の前菜盛合わせ (3種)

¥1,480 (税込)



Assortment Of Appetizers



05 自家製ローストビーフ

¥1,280 (税込)



Homemade Roast Beef



06 チョリソーとソーセージの盛合わせ

¥1,280 (税込)



Assortment of chorizo and sausage



07 国産カキのグラタン(2P)

¥1,280 (税込)



Oyster gratin



08 スモークサーモンのカルパッチョ

¥980 (税込)



Smoked Salmon Carpaccio

Salad



01 肉バルチョレギサラダ

¥980 (税込)



Green Salad

スモークサーモンとクリームチーズの

03 バジル&マヨサラダ

¥1,200 (税込)



*Smoked Salmon and Cream Cheese
Basil Salad*

02 生ハムシーザーサラダ

¥1,200 (税込)



Raw ham Caesar Salad

04 オーシャンテラスサラダ

¥1,800 (税込)



Ocean Terrace Salad

オススメ



05 自分好みにMash!! ベーコンマスタードのポテサラ

¥980 (税込)



Bacon and Mustard Potato Salad

06 自分好みにMash!! 雲丹ポテサラ

¥980 (税込)



Sea Urchin Potato Salad

Skillet



01 チーズに溺れたバゲット

¥980 (税込)

Baguette Cheese Fondue

02 くがにたまごのトリュフスキレットオムレツ

¥980 (税込)

Truffle Omelets

03 ムール貝とあさりのワイン蒸し

¥980 (税込)

Mussel Wine Steamed



04 合鴨のロースト

¥880 (税込)

Roasted duck



バケット5枚付き

05 カマンベールコンwithハニー

¥1680 (税込)

Camembert Bacon & Honey

NEW

06 ロールじゃないロールキャベツ

¥880 (税込)

Cabbage Roll?!

NEW

07 丸ごとエビカドグラタン

¥980 (税込)

Shrimp Avocado gratin



Ace of the meat bar { 肉バルのエースたち }



2019那覇めしグランプリ決定戦「グランプリ受賞」

01

牛レアかつ

¥1,680 (税込)



イチ押し

Beef Steak Cutlet

沖縄テレビ「ウインウイン」「アゲアゲ飯」で取り上げられた話題の「牛レア」。高温短時間で調理することで、外はカリッと、中はジューシーな牛カツに仕上がりました。お好みで、わさび、岩塩を付けてご賞味ください。

02

ハラミステーキ (150g)

¥1,880 (税込)



Outside Skirt Beef Steak

ほどよく脂がのって弾力のあるハラミは、あかみのような見た目をしています。食感は硬すぎず食べやすいやわらかさがあり、旨味や甘味もあるためとても食べ水です。

03

ランイチの牛ステーキ (200g)

¥1,780 (税込)



Rump and aitchbone Steak

赤身好きには堪らない「ランイチ」は、サーロインの隣接部位で、腰から臀部(お尻)にかけての部位になります。モモ肉の中でも最も味が良く、柔らかい部位とされています。



04

テンドーロインステーキ (200g)

¥1,780 (税込)



Tenderloin Steak

牛の部位の中でも筋が少なく柔らかい赤身が楽しめるフィレ肉です。脂肪分が少なく味がマイルドなのが特徴です。

05

若鶏の岩塩焼き

¥1,080 (税込)



Grilled Chicken Rock Salt

皮はパリッと、中は肉汁が溢れジューシーな仕上がりに。肉バルの大人気商品です。オリジナルレシピのハーブソルトを使用し、絶品に仕上がりました。



05

一度は想像する

豪華な食卓

肉盛りへの憧れ

肉盛り
ニクモリ



3種盛り合わせ ¥3,580 (税込)



Assorted Meat 3 species

バルコラボでお得にお肉を食べるならば、ぜひ肉盛りがおすすめ。圧倒的なボリュームで笑顔が飛び交います。色々なお肉が食べたいと私自身のおもいで、肉盛りという商品を作りました。お肉の内容はその日美味しいお肉をご提供したいので、日替わりになっています。日替わりの内容はスタッフにお尋ね下さい。大人気の「牛レアかつ」は入っているので、是非ご堪能下さい。

愛情を込めて焼き上げるため、提供に少々お時間をいただくことがございますので、ファーストオーダーでご注文いただくとスムーズにご提供できます。

それでは、是非、肉の盛合わせを皆様でご堪能くださいませ。



人気NO.1

ガーリックステーキチャーハン

¥1,780 (税込)



Garlic Steak Fried Rice

熱々のスキレットに、くがにたまごを混ぜながらお楽しみ下さい。ステーキのチャーハンとともに贅沢な一品が完成。ガーリック醤油、ハバネロソースなど味変をしながらお召しいただくのも有り！生産者が大事に育てた卵を使用しているので、愛情のこもった逸品です。



1967年、うるま市与那城で創業。海まで約200メートル。潮風が流れる自然豊かな地。地下ダムからくみ上げた黄金水(地下水)で鶏達は育ちます。体調管理もデータで把握し、より良い環境作りを心がけ、愛情込めて育てており、くがにたまごの特徴としては、伊計島で取れたうるま市特産品の「黄金イモ」と地元で「黄金水」と呼ばれる地下水によって生まれた卵は甘みがあって発色も鮮やかです。

Ajillo



追加バゲット
(5枚)
¥275 (税込)

01 マッシュルームアヒージョ

¥980 (税込)

Mushroom Ajillo

03 海老とブロッコリーのアヒージョ

¥980 (税込)

Shrimp and Broccoli's Ajillo

02 ニンニク丸ごとアヒージョ

¥980 (税込)

Garlic Ajillo

04 MEGA BUCKET

¥580 (税込)

Long garlic Bread

NEW

Fried Food



01 チリソース&サワークリームポテトフライ

¥680 (税込)

Chilli sauce & Sour Cream Fried Potato

TAKE OUT

02 BBQポテトフライ

¥680 (税込)

BBQ Potato Fried

TAKE OUT

03 若鶏の唐揚げ

¥980 (税込)

Fried Chicken

TAKE OUT

04 小海老のフリット

¥900 (税込)

Shrimp Frit

TAKE OUT

Pasta



01 THE ナポリタン

¥1,280 (税込)



Napolitana Pasta

02 ハラペーニョの激辛アラビアータ

¥1,280 (税込)



Bacon and Jalapeno pasta

03 濃厚和風カルボナーラ

¥1,480 (税込)



Japanese style carbonara Pasta

04 生ハムとブラックオリーブのジェノベーゼ

¥1,480 (税込)



Genovese pasta with ham and black olives

05 魚介のトマトクリームパスタ

¥1,580 (税込)



Seafood tomato cream Pasta

06 ウニのクリームパスタ

¥1,580 (税込)



Cream Pasta With Sea Urchin

Risotto



01



02

01 ほうれん草と スモークサーモンリゾット

¥1,280 (税込)



Cream risotto with spinach and smoked salmon

02 アサリのトマトリゾット

¥1,280 (税込)



Tomato risotto with clams

NIKUBAL PIZZA COLLECTION



Lunch Time AM11:30~PM3:00

Marie Sharp's
マリーシャープス・ハバネロソース
「辛い」はもっとおいしくなる。
ハバネロソースと合わせ
せてお楽しみください!!



ピザランチセットは、12種類の中からお選び頂き、サラダ、ソフトドリンクが付いております。迷ってしまう貴方にはハーフ&ハーフがオススメです

01 マルゲリータ

Margherita Pizza

02 激辛メキシカン

Jalapeno and Peperoni Pizza

03 アンチョビとブラックオリーブ

Anchovy and black olives Pizza

04 定番ミックス

Mix Pizza

05 ポテトと厚切りベーコン

Potato and Bacon Pizza

06 キノコと厚切りベーコン

Mushrooms and Bacon Pizza

07 サーモンとクリームチーズ

Smoked Salmon And Cream Cheese Pizza

08 バジルシーフード

Basil Sauce and Seafood Pizza

09 バジルマスカルポーネ

Basil and Mascarpone cheese Pizza

10 ゴルゴンゾーラのクアトロ

Gorgonzola Cheese Pizza

11 照り焼きチキンマヨ

Teriyaki Chicken and Mayonnaise Pizza

12 茄子と厚切りベーコン

Eggplant with bacon meat Pizza

その疲れ。無駄にする？筋肉にする？

Tired after a hard day of training?
Don't waste your workout and feed those tired muscles.



MUSCLE PLATE

ヘンプシードグリルチキン・ビーンズ
アボカド・フレッシュサルサ・ゆで卵
葉野菜・根菜・自家製ドレッシング
大麦・グラノーラヨーグルト
ソイプロテインフローズンスムジー

プレート1,500円 フローズンプロテイン700円 SET 2,000円

LUNCH MENU

Lunch Time AM11:30~PM3:00



不動の人気NO1 牛カツプレート

¥ **1500** (税込)



(サラダ+ドリンク付き)

衣はサクサク、中はジューシー
言わずと知れたバルコラボの
名物メニューです
是非一度お試しくださいね
パンORライス選べます

カレーフェスでもお馴染みの 牛カツカレー

¥ **1400** (税込)



(サラダ+ドリンク付き)

自家製カレーと牛カツ!!
相性バッチリです!!
こちらも外さない逸品



LUNCH MENU

AM11:30~PM3:00

ハンバーガー

Hamburger



パテ・目玉焼き・オニオン・トマト・レタス
putty • friedegg • onion • tomato • lettuce

チーズバーガー

Cheeseburger



パテ・目玉焼き・オニオン・トマト・レタス・チェダーチーズ
putty • friedegg • onion • tomato • lettuce •
chedder cheese

てりやきバーガー

Teriyaki burger



パテ・目玉焼き・オニオン・トマト・レタス
putty • friedegg • onion • tomato • lettuce
mayo • teriyakisauce

てりやきチキン

Teriyaki chickenburger



チキン・目玉焼・オニオン・トマト・レタス
chicken • friedegg • onion • tomato • lettuce
mayo • teriyakisauce

チキンクリスピー

crispychickenburger



クリスピーチキン・目玉焼き・トマト・レタス
crispychicken • friedegg • tomato
lettuce • tartarsauce

¥ **1480**

(税込)



(サラダ+フレンチフライ付き)

With salada and French fries

DOLCE MENU



クリームブリュレ

1

¥ **380** (税込)

Crème Brulee

当店自慢の自家製ブリュレ



オペラ

2

¥ **380** (税込)

Chocolate Cake

シンプルなチョコレートケーキ



ミルクレープ

3

¥ **380** (税込)

Mille Crepes

しっとりなめらかなミルクレープ

4

クロッフル

¥ **980** (税込)

Kuroffle

熱いスキレットにモチっとさっくりした
クロッフルにバニラアイスとバターにメープル
シロップをたっぷりかけてお召し上がりください





卓球Tリーグ

世界へ
琉球アスティーダ



琉球アスティーダスポーツクラブ (株)

沖縄県中頭郡中城村南上原11112-1オーシャンビュー松山II

(ホームページ) <https://ryukyuasteeda.jp/>

(オフィシャルグッズ) <https://ryukyuasteeda.official.ec>

バルコラボ オーシャンテラス真栄田岬店

