

大人気



いちはらチャーハン

鉄板温玉牛肉チャーハン

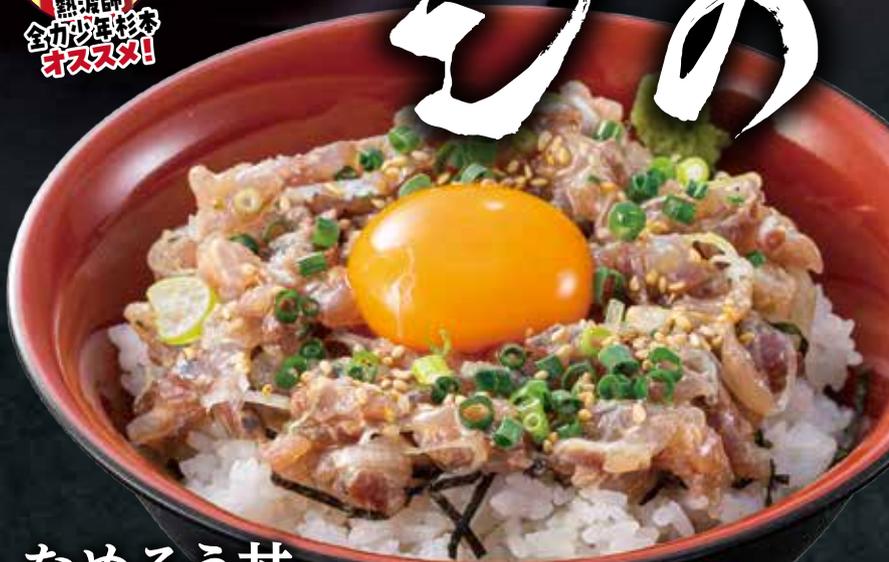
1,080円(税込) 炒飯大盛り+200円(税込)

『市原市のB級グルメ』いちはらチャーハンを考案。できる限りの食材を地元の農家や生産者から仕入れて調理しています。湯舞音自慢のチャーハンをどうぞ堪能ください。



湯舞音市原ちはら台店の自慢の逸品を紹介します。是非一度ご賞味ください！

湯舞音の くち子オム



なめろう丼

1,280円(税込) ご飯大盛り+100円(税込)

房総半島で獲ったばかりの魚を叩いた豪快な漁師料理。新鮮な鱈に味噌で味付けし、薬味をたっぷり加えたなめろう丼は千葉のソウルフードです。是非ご賞味あれ！



唐揚げ蕎麦/うどん 温

980円(税込) 麺大盛り +200円(税込)



特大アジフライ単品

単品(2枚) 1,280円(税込)

単品(1枚) 680円(税込)

想像以上のサイズ! 肉厚でボリューム満点!!



いわし丼 1,080円(税込) ご飯大盛り+100円(税込)

千葉の海でとれた新鮮ないわしがたっぷり乗った丼ぶりです。

サウナーのための大人気ととのい飯!

サウナー飯



サウナで失われた水分、ビタミン、ミネラルを取り戻せ!



熱波師
デトロイト阿久津
オススメ!

オロポとは...
オロナミンCとポカリスエットを混ぜて作ったサウナーがこよなく愛するドリンク!汗によって失われた水分、ミネラル、ビタミンをバランスよく補給できます。

サウナー
価格!

オロポ
370円(税込)

オロポかき氷
380円(税込)



ホルモン焼きうどん

880円(税込) 大盛り+200円(税込)

スタッフおすすめ! 賤いメニューから格上げの一品です。



スンドゥブチゲ

980円(税込) 単品ご飯/うどん 各200円(税込)

食欲そそる旨味のある辛さ!



大海老天丼

1,180円(税込) ご飯大盛り+100円(税込)

新鮮野菜とプリプリの大海老にサクサクの衣が食欲をそそります。



油そば 油そばW

980円(税込) 1,480円(税込)

ラーメンよりカロリー控えめ!
常に人気の湯舞音の定番!



Yosenabe
オススメ!

湯舞音熱波師が
オススメする!

サウナ飯^{めし}

湯舞音の人気熱波師、「デトロイト阿久津」「NABE」「みさき」「全力少年杉本」が
自信を持ってオススメするこだわりメニューをご紹介します。一度ご賞味あれ!

デトロイト阿久津

メニューにない裏メニュー!?
ゲスト熱波師が名付けた
通称「デトロイト丼」



注文するときは
この2点を頼んでね!

ご飯セット



300円
(税込)

ご飯大盛り
+100円(税込)

ローストビーフユッケ単品



780円
(税込)

疲れたカラダにぴったり!
小ぶりの中に旨味が
ギュッと詰まった丼ぶりは
リピート確実のおいしさ!

NABE

牛すじカレー
1,080円(税込)



湯舞音自慢の
サ飯代表選手!
満足度100%!
僕はこれ一択!



ドライメル所属 みさき

油そば
980円
(税込)

油そばW
1,480円
(税込)



「今日は他のもの
食べようかなあ」と
思っても
つついり頼んじゃう!
クセになるおいしさ!



いちばらチャーハン

鉄板温玉牛肉チャーハン
1,080円(税込)



市原ちはら台店
限定のパワー飯!
サウナでの発汗
の後に食べたい
ものがここに集結!



全力少年杉本

時間をかけて仕込んだ
至極の逸品。
やわらかな口溶けと
香り高いソースで
召し上がれ。

贅沢な逸品

自家製 ローストビーフ



ローストビーフ丼
1,480円(税込)

ご飯大盛り+100円(税込)

自家製ローストビーフを贅沢に丼に!
卵をまぜて召し上がれ。



ローストビーフ 1,280円(税込)

自家製のローストビーフを手軽に味わえる大人気の贅沢な逸品!



自家製牛すじカレー(サラダ付)
1,080円(税込)

ご飯大盛り+100円(税込)

自家製ローストビーフを作る際の
牛すじをカレーに。賄いメニューが
いつの間にか大ヒットメニューに!

ローストビーフ
ユッケ
780円(税込)

湯舞音の新定番!
食べやすく刻んだ
ローストビーフを
卵に絡めて最高&最強!



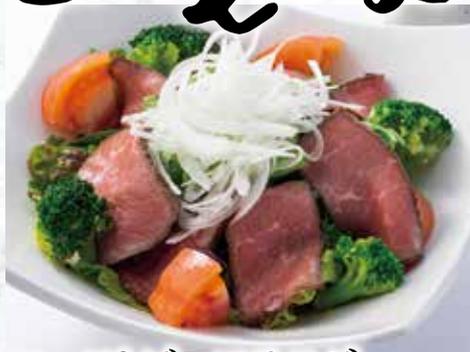
熱波師
デトロイト阿久津
オススメ!



熱波師NABE
オススメ!

サラダ SALAD

新鮮な野菜をふんだんに使ったサラダを
美味しいドレッシングやソースで召し上がれ。



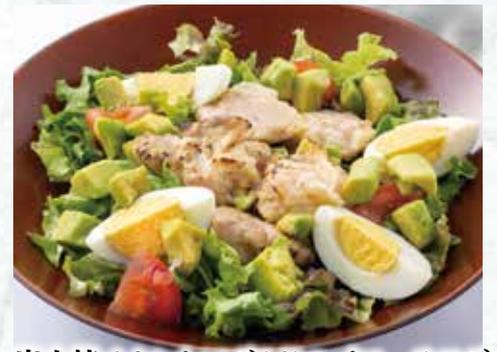
ローストビーフサラダ
1,280円(税込)

ハーフサイズ 780円(税込)



チョレギサラダ
680円(税込)

ハーフサイズ 480円(税込)



炭火焼チキンとアボカドのパワーサラダ
1,180円(税込)

ハーフサイズ 680円(税込)

大人気

蕎麦うどん

コシのある麵の
喉越しと香りを
お楽しみください。

大海老天ざる蕎麦/うどん (冷)

1,280円 (税込)

揚げたての天ぷらのサクサク感にこだわりました。

選べます！

全メニュー +200円 (税込)
麵大盛り

大海老天ぷら蕎麦/うどん (温)

1,280円 (税込)

湯舞音自慢の揚げたての天ぷらを温かいお蕎麦/うどんどうぞ。

選べます！

かき揚げ蕎麦/うどん (温)

780円 (税込)



唐揚げ蕎麦/うどん (温)

980円 (税込)



ねばとろ蕎麦/うどん (冷)

880円 (税込)



肉まぜ蕎麦/うどん (温) (冷)

880円 (税込)

たぬきそば (温) (冷) | 580円 (税込)
たぬきうどん

かけそば (温) | 580円 (税込)
かけうどん

ざるそば (冷) | 580円 (税込)
ざるうどん

ミニそば (温) (冷) | 280円 (税込)
ミニうどん

麵類に合わせると美味しさ倍増。

ミニ丼

みそ汁・お漬物付 480円 (税込)



ミニ天丼

ミニ生姜焼き丼

ミニねぎとろ丼

ミニ海鮮丼

ミニ鶏唐揚げ丼

ミニかき揚げ丼

自家製

牛すじカレー

1,080円(税込)

カレーには
ミニサラダ
が付きます。



ローストビーフを作るときに出る
牛すじをトロトロに煮込んでカレーに!
湯舞音の定番大人気メニュー。

カレー Curry

じっくり煮込まれた旨味たっぷりのカレー。
コク深い味わいに仕上がりました。

ご飯大盛り+100円(税込)

ビーフカレー

680円(税込)

具材がじっくり煮込まれた定番のカレーです。



柔らかロースのカツカレー

1,380円(税込)

サウナ飯の定番! サクサクの衣が絶品です。

トッピング

- 唐揚げ3個…… 300円(税込)
- ハンバーグ…… 300円(税込)
- チーズ……… 200円(税込)
- 温玉……… 100円(税込)
- ゆで卵……… 100円(税込)

焼きうどん

680円(税込)

大盛り
+200円(税込)



賄いメニューから格上げ!
美味しいと評判の野菜たっぷり焼きうどんです。

ソース焼きそば

680円(税込)

大盛り
+200円(税込)



野菜もたっぷり。屋台で食べるような
味わいあるソース焼きそばを召し上がれ。

定食

食材にこだわった
湯舞音自慢の人気料理を
定食にしました。



ごはん・みそ汁・ミニサラダ・お漬物付

油淋鶏定食 980円 (税込)

ごはん
大盛り
100円
(税込)



ごはん・みそ汁・ミニサラダ・お漬物付

生姜焼き定食 980円 (税込)



ごはん・みそ汁・ミニサラダ・お漬物付

ロースカツ定食 1,380円 (税込)



ごはん・みそ汁・ミニサラダ・お漬物付

唐揚げ定食 980円 (税込)



ごはん・みそ汁・ミニサラダ・お漬物付

麻婆豆腐定食 880円 (税込)



ごはん・みそ汁・ミニサラダ・お漬物付

特大アジフライ定食 1,480円 (税込)

選べる

定食

湯舞音自慢のおかずを
2品選んでオリジナルの定食を
お楽しみください。

人気番

選べる2種のお好み定食

選べるおかず2品・ごはん・みそ汁・ミニサラダ・お漬物

1,080円(税込)

ご飯大盛り

100円

(税込)

ドリンクバー

350円

(税込)

お好みのおかずを下記より2品お選びください。※同じ商品2つは不可



① お刺身2点盛り



② 豚バラ生姜焼き



③ 天ぷら5点盛り



④ 鶏唐揚げ



⑤ 焼き魚



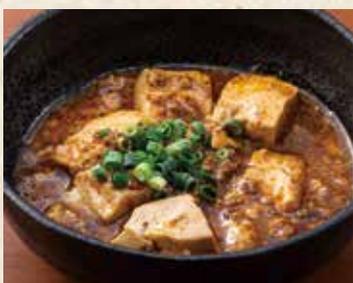
⑥ ミックスフライ



⑦ 油淋鶏



⑧ もつ煮込み



⑨ 麻婆豆腐



⑩ さばの味噌煮



⑪ ハンバーグ



⑫ ローストビーフ

※季節により内容が変わる場合がございます。

丼ぶり

新鮮な海鮮や野菜、
お肉を使用した
リピート必須の
大人気の
丼ぶりです。

大海老天丼

1,180円 (税込)

大海老の食べ応え充分。
秘伝のタレが人気の秘密です。



みそ汁
ミニサラダ
お漬物
が付きます。

海鮮丼

1,480円 (税込)

新鮮な海の幸を召し上がれ。



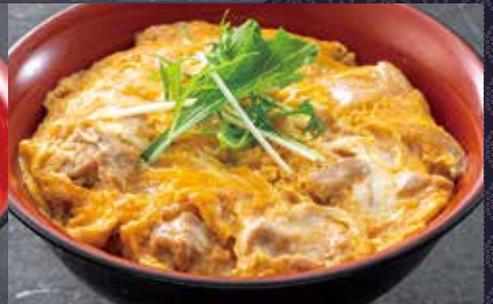
全ての丼ぶり
ご飯大盛り
100円
(税込)



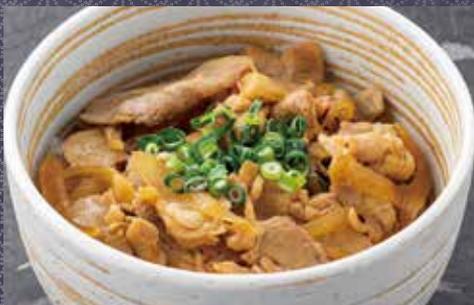
サーモンいくら丼
1,880円 (税込)



海鮮ねばとろ納豆丼
1,080円 (税込)



親子丼
980円 (税込)



豚バラ生姜焼き丼
980円 (税込)



カツ丼
1,080円 (税込)



ローストビーフ丼
1,480円 (税込)

選べる

2種の丼ぶりと

麺セット

1,080円 (税込)

選べるミニ丼ぶり2品・選べるミニ麺・ミニサラダ・お漬物

湯舞音の

「選べる」シリーズ第二弾!

バラエティ豊かな

ミニ丼ぶり12種類から2つ、

麺5種類から1つ選んで

好みのセットを

召し上がれ!

料理長
おすすめ

お好みの丼ぶりを下記より2品お選びください。※同じ商品2つは不可



① ミニねぎとろ丼



② ミニ生姜焼丼



③ ミニ天丼



④ ミニ海鮮丼



⑤ ミニ唐揚げ丼



⑥ ミニかき揚げ丼



⑦ ミニねばとろ丼



⑧ ミニハンバーグ丼



⑨ ミニ焼き鳥丼



⑩ ミニローストビーフ丼



⑪ ミニ炒飯



⑫ ミニ麻婆豆腐丼

+

ミニ麺をいずれか1つお選びお選びください。(蕎麦orうどんorラーメン)

① ミニ蕎麦

温 冷



② ミニうどん

温 冷



③ ミニラーメン

温



ドリンクバー

350円

(税込)

自慢の一杯

らーめん

喉ごしにこだわった
ツルツルとした麺に
濃厚スープが自慢の逸品。

昔ながらの 醤油ラーメン

780円(税込)

開店当時の人気メニュー。
コクもありつつあっさりしたスープが
自慢の逸品です。

~このページの麺類をご注文の方に限り~
餃子ライスセット
480円(税込)




味噌ラーメン

880円(税込)



ライス単品 200円(税込)
麺大盛り 200円(税込)



野菜たっぷりタンメン
880円(税込)

トッピング

| | |
|------------|----------|
| バター | 100円(税込) |
| ねぎ | 100円(税込) |
| メンマ | 100円(税込) |
| コーン | 100円(税込) |
| チャーシュー(2枚) | 300円(税込) |



ざるラーメン

780円(税込)



油そば
980円(税込)

油そばW
1,480円(税込)



アウフブーサー
みさき
オズス州

麺類に合わせると美味しさ倍増。

ミニ丼

みそ汁・お漬物付 480円(税込)



ミニ天丼 | ミニ生姜焼き丼 | ミニねぎとろ丼 | ミニ海鮮丼 | ミニ鶏唐揚げ丼 | ミニかき揚げ丼

中華料理

パラッと香ばしい炒飯や、
こだわりのピリ辛麻婆豆腐、
絶品タレが自慢の油淋鶏。
中華料理店に負けない逸品です。



ドリンクバー

350円
(税込)

ライスセット

ライス みそ汁 お漬物

300円
(税込)

マーボーチャーハン

麻婆炒飯 1,080円 (税込)

〈炒飯大盛り+200円(税込)〉

パラッと香ばしい炒飯と麻婆豆腐を一緒に食べるお得なメニュー。



ジューシーな鶏肉と、絶品のタレが自慢の大人気メニュー。

油淋鶏 780円 (税込)



ごま油香るスタミナ満点メニュー！
ご飯がすすむ美味しさです。

レバニラ炒め 780円 (税込)



山椒芳香クセになる味わいの
ちょっと辛い麻婆豆腐。

麻婆豆腐
680円 (税込)



お肉たっぷりのジューシーな餃子。
もう一品のおかずどうぞ。

焼き餃子
480円 (税込)



パラッと香ばしく炒めた中華の王道、炒飯！
おすすめの逸品です。

本格直火炒め炒飯
680円 (税込) 〈炒飯大盛り+200円(税込)〉

お手軽

一品おつまみ

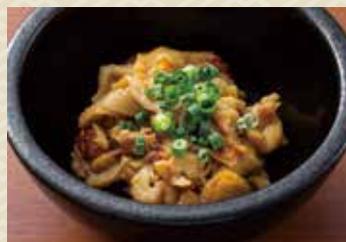
とりあえずの
おつまみにも
箸休めにも。



ローストビーフ
1,280円(税込)



塩だれきゅうり
280円(税込)



鶏皮ポン酢
480円(税込)



カマンベールチーズフライ
680円(税込)



鶏唐揚げ
680円(税込)



もつ煮込み
680円(税込)



天ぷら盛り合わせ
980円(税込)



出汁巻き玉子
480円(税込)



特大アジフライ(1枚)
680円(税込)



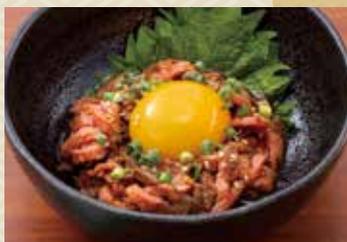
いかの唐揚げ
680円(税込)



お刺身3点盛り
1,080円(税込)



海鮮ねばとろ納豆
880円(税込)



ローストビーフユッケ
780円(税込)



ざく切りキャベツ
380円(税込)



焼き鳥(タレor塩)
480円(税込)



枝豆
280円(税込)



冷奴
280円(税込)



キムチ
280円(税込)



フライドポテト 380円(税込)
フライドポテトW 580円(税込)

セットはジュース、デザート付き!

お子さまが大好きなメニューを
そろえました!

KIDS キッズメニュー MENU

※ご注文は小学生以下の方に
限らせていただきます。



キッズプレート

680円(税込)



キッズうどんセット

680円(税込)



キッズカレーセット

780円(税込)



キッズラーメンセット

680円(税込)

単品 キッズうどん

280円(税込)

単品 キッズカレー

380円(税込)

単品 キッズラーメン

280円(税込)

デザートメニュー

Dessert menu

お風呂上りにぴったりな
冷たいデザートから、
カフェタイムにぴったりな
ふわふわスイーツまで。
美味しい時間を召し上がれ!

グラスパフェ

- ミックスベリー 480円 (税込)
- クッキー&クリーム 480円 (税込)
- 抹茶白玉ぜんざい 580円 (税込)

人気のパフェはちょっと食べるのに丁度いい大きさ。
グラスの下までソフトクリームと生クリームがいっぱい!

抹茶白玉ぜんざい

ミックスベリー

クッキー&クリーム



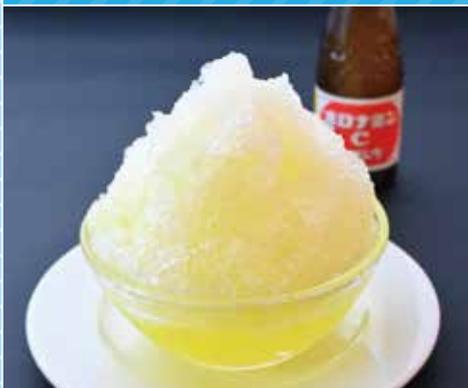
キャラメルパンケーキ
780円 (税込)



チュロス
580円 (税込)



そのまんまいちご
680円 (税込)



オロポかき氷
380円 (税込)



かき氷
280円 (税込)
いちご・レモン・メロン・まっちゃ
ブルーハワイ



ソフトクリーム各種
380円 (税込)

平日限定

とりあえず一杯!

お酒1杯と
おつまみ2品で
おトクに
カンパ〜イ!

お酒1杯とおつまみ2品で

1,100円

(税込)



ちよ
い呑み
セ
ツ
ト

お酒1杯



生ビール



ハイボール



レモンサワー



グレープフルーツサワー

おつまみ2品



キムチ



鶏唐揚げ



枝豆



冷奴



鶏皮ポン酢



もつ煮込み



塩だれきゅうり



フライドポテト



麻婆豆腐



カマンベールチーズフライ