

大人気

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 イチオシ

❶ いちはらチャーハン

石焼き温玉牛肉チャーハン

1,200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
どうぞご堪能ください。



いわし丼 みそ汁・お漬物付

1,100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。



なめろう丼 みそ汁・お漬物付

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。
新鮮な鰯に味噌で味付けし、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)



落花生つけ汁うどん

880円(税込) 麺大盛り+200円(税込)



あじ 鰯さんが餃子

680円(税込)

サウナーに大人気! ととのい飯!!

サウナ飯^{めし}

ととのい飯は
サイコーなんだよなあ……



旨い! 辛い! 熱い!
渾身の石焼きメニューを
お試しあれ!

麻婆豆腐とサクサクカツの、
ありそうでなかった新しい組み合わせ!

石焼き麻婆カツライス

1,300円(税込)

ご飯大盛り+100円(税込)

にんにくと豚肉のビタミンB1で
疲労回復やスタミナアップの効果に期待!



ご飯大盛り+100円(税込)

石焼きスタミナ丼 1,100円(税込)

辛い! 熱い! 旨い! もっと汗をかきたいならコレ!
締めにも食べたい一品です!



石焼きキムチラーメン 1,000円(税込)

湯舞音熱波師が
オススメする！

サウナ飯

湯舞音の人気熱波師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。一度ご賞味あれ！

デトロイト阿久津

「デトロイト丼」として親しまれた
人気裏メニューがついに！定番メニューに格上げ！！

旨味・甘味・塩味の
バランスが神！
半分ぐらい食べた頃に味変で
「ちょい足し牛すじカレー」
をかけてみて！
満足度がエグいよ！！



ローストビーフユッケ丼
みそ汁・お漬物付き
1,000円(税込)
ご飯大盛り+100円(税込)

そして！！
さらに満足度をアップさせる
デトロイト阿久津からの
新提案！！



ちょい足し
牛すじカレー
300円(税込)

NABE

唐揚げトッピングが
僕のイチオシ！

牛すじカレー
1,100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！



唐揚げ3個トッピング 300円(税込)

みさき

東京名物
油そば

油そば
1,100円(税込)

油そばW
1,600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！」



湯舞音トッピングで
満足度さらにアップ！

湯舞音トッピング(温玉・ねぎゴマ・チャーシュー) 300円(税込)

いちばらチャーハン

石焼き温玉牛肉チャーハン
1,200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！



ニツシ〜

唐揚げ蕎麦
980円(税込)



ジューシーな唐揚げと
出汁の効いたつゆの
マッチングが最＆高！



曜三

入浴後、サウナ後は…

汗で失われた
水分、ビタミン、
ミネラルを
取り戻せ!



オロポ

の ス ス メ



熱波師
デトロイト阿久津
解説!

オロポとは、「オロナミンC」と「ポカリスエット」を合わせた飲み物で、
ビタミン飲料特有の風味がするオロナミンCにポカリスエットの爽やかな甘さが合わさることで、
清涼感のあるマイルドな味わいになります。
大量の汗をかくて失った水分と栄養素を美味しく補うことができるため、
サウナドリンクの定番として人気の飲み物です。



オロポ 400円(税込)

もっと飲みたいあなたには、通常の **約2倍** のメガサイズを!

メガオロポ 700円(税込)

贅沢な逸品



ローストビーフユッケ丼 みそ汁・お漬物付

1,000円(税込) ご飯大盛り+100円(税込)

「デトロイト丼」として親しまれたサ飯裏メニューが、
とうとう定番メニューに格上げ!

さらに満足度をアップさせる新提案!!

半分ぐらい食べた頃に味変!

ちょい足し

牛すじカレー 300円(税込)



料理

名物

湯舞音の

味にこだわる
湯舞音のメニューの中で
特に評判の
名物メニューを
集めました。



ローストビーフ丼 みそ汁・お漬物付

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。



自家製ローストビーフ 1,300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!



ローストビーフ
サラダ

1,300円(税込)

ハーフサイズ
780円(税込)

自家製牛すじカレー 1,100円(税込)

ミニサラダ付

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なりました!



ローストビーフ
ユッケ

780円(税込)

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!



自家製牛すじ
カレーうどん/蕎麦

1,000円(税込) 温

名物の牛すじカレーに
和風だしがびったりの逸品。

大人気



大海老天ざる
蕎麦/うどん

1,300円(税込) 冷

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。

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。

全メニュー
麵大盛り
+200円
(税込)



大海老天ぷら
蕎麦/うどん

1,300円(税込) 温

湯舞音自慢の揚げたての天ぷらを
温かいお蕎麦/うどんはどうぞ。

選べます。



唐揚げ蕎麦/うどん
980円(税込) 温



ねばとろ蕎麦/うどん
900円(税込) 冷



かき揚げ蕎麦/うどん
800円(税込) 温

たぬき 蕎麦/うどん
600円(税込) 温 冷

かけ 蕎麦/うどん
600円(税込) 温

ざる 蕎麦/うどん
600円(税込) 冷

ミニ 蕎麦/うどん
300円(税込) 温 冷

ライス単品 200円(税込)

半ライス単品 150円(税込)



肉まぜ蕎麦/うどん
900円(税込) 温 冷



自家製牛すじカレー蕎麦/うどん
1,000円(税込) 温



ミニ天丼

単品500円(税込)



ミニ海鮮丼

単品550円(税込)



ミニローストビーフ丼

単品500円(税込)



ミニ生姜焼き丼

単品450円(税込)



ミニねぎとろ丼

単品450円(税込)



ミニかき揚げ丼

単品450円(税込)



ミニ唐揚げ丼

単品450円(税込)



ミニ麻婆豆腐丼

単品450円(税込)



ミニチャーハン

単品450円(税込)

ミニ丼

麵類に合わせると
美味しさ倍増！
セットでお得！

麵類とセットで
400円(税込)

※単品注文の場合のみ、みそ汁・お漬物が付きます。

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
大盛り
100円
(税込)

ボリュームUP!

ごはん・みそ汁・小鉢・お漬物付

鶏唐揚げ定食 1,100円 (税込)

ごはん・みそ汁・小鉢・お漬物付

豚ロース生姜焼き定食 1,300円 (税込)

※付け合わせなどは、季節によって変更する場合がございます。



ごはん・みそ汁・小鉢・お漬物付

特大アジフライ定食

2枚 1,580円 (税込) / 1枚 1,080円 (税込)



ごはん・みそ汁・小鉢・お漬物付

ロースカツ定食

1,400円 (税込)



ごはん・みそ汁・小鉢・お漬物付

油淋鶏定食

1,180円 (税込)



ごはん・みそ汁・小鉢・お漬物付

チキン南蛮定食

1,180円 (税込)



ごはん・みそ汁・小鉢・お漬物付

麻婆豆腐定食

900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。

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・小鉢・お漬物

1,180円(税込)

ご飯大盛り

100円
(税込)

ドリンクバー

400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 チキン南蛮



② お刺身2点盛り



③ 豚バラ生姜焼き



④ 天ぷら5点盛り



⑤ 鶏唐揚げ



⑥ 焼き魚



⑦ ミックスフライ



⑧ 油淋鶏



⑨ にんにくもつ煮込み



⑩ 麻婆豆腐



⑪ さばの味噌煮



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。

カツ丼

1,100円 (税込)

ジューシーなトンカツを甘辛く煮て、
たっぷりの卵でとじた
定番の人気メニューです。

大海老天丼

1,200円 (税込)

食べ応えのある大海老と新鮮野菜を
サクサクの衣が包みます。
秘伝のタレが人気の秘密!

全ての丼ぶりに
みそ汁
お漬物
が付きます。

全ての丼ぶり
ご飯大盛り
100円
(税込)

※付け合わせなどは、季節によって変更する場合がございます。



海鮮丼

1,480円 (税込)



サーモンいくら丼

1,980円 (税込)



海鮮ねばとろ納豆丼

1,000円 (税込)



親子丼

980円 (税込)



豚バラ生姜焼き丼

880円 (税込)



ローストビーフ丼

1,480円 (税込)



ローストビーフユッケ丼

1,000円 (税込)

自家製 牛すじカレー

1,100円(税込)

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。

カレーには
ミニサラダ
が付きます。

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

1,280円(税込)

サウナ飯の定番!
サクサクの衣が絶品です。



オムライス

1,200円(税込)

デミグラスソースが自慢の子どもも大人も喜ぶオムライスです。

定食などにプラスして
満足度アップ!!



ちよい足し
牛すじカレー
300円(税込)

トッピング

このページのメニューをご注文の方に限り

- 唐揚げ2個…… 300円(税込)
- チーズ…………… 200円(税込)
- 温玉…………… 100円(税込)
- ゆで玉子……… 100円(税込)

焼きうどん

680円
(税込)

W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)

W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。

昔ながらの 醤油ラーメン

780円(税込)

生麺使用で
さらに美味しく!

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。

自慢の一杯 らーめん

餃子(3個)
ライスセット
400円(税込)

餃子(3個)
セット
300円(税込)

生麺使用で
さらに美味しく!

野菜たっぷり
タンメン
880円(税込)

味噌ラーメン
880円(税込)

生麺使用で
さらに美味しく!

東京名物
油そば

油そば
1,100円(税込)

油そばW
1,600円(税込)

生麺使用で
さらに美味しく!

豚骨ラーメン
880円(税込)

トッピング

バター	100円(税込)	背脂	100円(税込)
ねぎ	100円(税込)	味玉	150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)		

ライス単品	200円(税込)
半ライス単品	150円(税込)
麺大盛り	200円(税込)

油そば専用トッピング



湯舞音トッピング
(温玉・ねぎゴマ・チャーシュー)
300円(税込)



おすすめトッピング
(温玉・ねぎゴマ)
180円(税込)

冷やしつけ麺
780円(税込)



ミニ天丼

単品500円(税込)



ミニ海鮮丼

単品550円(税込)



ミニローストビーフ丼

単品500円(税込)



ミニ生姜焼き丼

単品450円(税込)



ミニねぎとろ丼

単品450円(税込)



ミニかき揚げ丼

単品450円(税込)



ミニ唐揚げ丼

単品450円(税込)



ミニ麻婆豆腐丼

単品450円(税込)



ミニチャーハン

単品450円(税込)

麺類に合わせるも
美味しさ倍増!
セットでお得!

ミニ丼

麺類とセットで
400円(税込)

※単品注文の場合のみ、みそ汁・お漬物が付きます。

ボリュームアップ!
鶏肉一枚揚げ



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

400円
(税込)

ライスセット

ライス みそ汁 お漬物

300円
(税込)

ユーリンチー
油淋鶏 800円 (税込)

ジューシーな鶏肉とサクサク衣の食感がたまらない!
絶品のタレが自慢の大人気メニュー!

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。



麻婆炒飯 1,180円 (税込)
(炒飯大盛り+200円 (税込))

肉と野菜がたっぷり入った
ブロの炒め物とはこのこと!
野菜不足な方におすすめです。



肉野菜炒め 880円 (税込)

柔らかい鶏もも肉に甘酢ダレに絡めて
さっぱりと召し上げられ。
濃厚なタルタルソースが食欲をそそる!



チキン南蛮 800円 (税込)

山椒芳るクセになる味わいの
ちょっと辛い麻婆豆腐。



麻婆豆腐
700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 (5個)
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
700円 (税込) (炒飯大盛り+200円 (税込))



自家製



ローストビーフ
500円(税込)



お刺身2点盛り
580円(税込)

湯舞音
自慢のメニュー



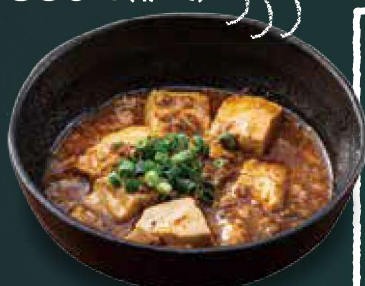
にんにくもつ煮込み
380円(税込)

サクサクッ!



天ぷら5点盛り
480円(税込)

麻婆豆腐
380円(税込)



新登場!

ちょい足し

メニュー

少しずついろいろ食べたい! あともう一品欲しい!
アレもコレも気になる! そんなあなたにピッタリの
ハーフサイズメニューが登場です!

不動の人気!

豚バラ生姜焼き
380円(税込)



餃子(3個)
300円(税込)



ジューシー!

油淋鶏
400円(税込)



カリカリ
チーズフライ
400円(税込)



タルタルソースが自慢!



チキン南蛮
400円(税込)



ひと口
食べたいを
叶えます!

鶏唐揚げ(2個)
380円(税込)

注目!

カレーって
ちょっと食べたく
なるよね!



ちょい足し
牛すじカレー
300円(税込)

お手軽

一品おつまみ

ちょっと贅沢な一品



ローストビーフ 1,300円(税込)



お刺身3点盛り 1,200円(税込)



ローストビーフユッケ 780円(税込)



天ぷら盛り合わせ 1,000円(税込)



焼き魚 600円(税込)



にんにくもつ煮込み
700円(税込)



海鮮ねばとろ納豆
880円(税込)



特大アジフライ
(1枚) 780円(税込) (2枚) 1,280円(税込)



カリカリチーズフライ
800円(税込)



フライドポテト 380円(税込)
フライドポテトW 680円(税込)



ポテから
680円(税込)

みんなでシェアに最適!



鶏の唐揚げ
680円(税込)



目光唐揚げ
680円(税込)



揚げたこ焼き
600円(税込)



おつまみイカ塩天ぷら
600円(税込)

とりあえずの乾杯にも、箸休めにも、お食事にプラス一品にも！
 湯舞音自慢の一品料理は、手軽に楽しめるメニューを揃えています。
 是非召し上がれ！

すぐにつまめる一品

湯舞音名物！



出汁巻き玉子
650円(税込)



ざく切りキャベツ
380円(税込)



塩だれきゅうり
380円(税込)



湯舞音の手作りコロッケ
250円(税込)



枝豆
300円(税込)



冷奴
300円(税込)



キムチ
300円(税込)



チャンジャ
480円(税込)

ヘルシーサラダ

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。



炭火焼チキンとアボカドのパワーサラダ
1,200円(税込) ハーフサイズ 700円(税込)



チョレギサラダ
580円(税込) ハーフサイズ 380円(税込)



ローストビーフサラダ
1,300円(税込) ハーフサイズ 780円(税込)



釜揚げしらすとわかめのサラダ
780円(税込) ハーフサイズ 480円(税込)