ハーモニーガーデンのこだわり

★自家製造による安全・安心・良質の素材

自家製ピッツァ生地

ハーモニーのパン工房で粉から仕込んでいます。ナポリピッツァの伝統通り小麦粉、水、塩、ほんの少しのイーストのみで作り、じっくり発酵させてから手で伸ばします。軽めの仕上がりが特徴です。

自家製スモーク（本場ドイツ製法）

ドイツ産ブナの木のチップでじっくり燻製したハーモニー特製のスモーク品です。国産の豚肉や鶏肉、本物の羊腸など厳選した食材を使用しています。秋冬限定のスモークサーモンは絶品と賞賛されています。

自家製豆乳（無調整）

ハーモニー豆富工房で国産丸大豆で手作りしている豆乳です。くせがなく、甘みのある高品質な豆乳です。デザートにも使用しています。

★イタリア産高級チーズのみを使用

ピッツァの『モッツァレラチーズ』は、日本で数ヶ所でしか使用していない、できたてのモッツァレラチーズです。又、わらで燻製した『水牛プロヴォラ』、羊の乳で作る『ペコリーノ・ロマーノ』、北イタリアロンバルディア地区のウォッシュタイプの『タレッジォ』、世界3大ブルーチーズのひとつ『ゴルゴンゾーラ』、『パルミジャーノ』など厳選したイタリアの高級チーズを使用しています。チーズの独得な香りと味をお楽しみ下さい。

★南イタリア産乾燥パスタ「ダルクオーレ」

『パスタ発祥の地』グラニャーノで 1820 年頃に創立した老舗パスタメーカーです。ベスビオ火山から吹きおろしの乾いた風と、海から吹き上げる湿った風が、パスタの乾燥をゆるやかに仕上げる事で、風味が強くプロテインを多く含むパスタを作り上げます。特別な製法は「おいしい時間」をより長く保ちます。ランチタイムには高級パスタ「ディチェコ」を使用しています。

★イタリア産高級ホールトマト「カンポグランデ」

パスタもピッツァも最高級完熟ホールトマトを使用しています。

★新鮮！三鷹産野菜、自家製野菜・ハーブ

お店の外にある畑でとれた野菜や自家農園つみたてハーブ、三鷹産の採れたて野菜をふんだんに使用し、東京特産食材使用店に認定されています。

～通常メニュー～

グランドメニュー

すべて消費税込み価格で表示しております

ご予約サービス

通常メニュータイム（木・金は17時～土曜日は1日中）にご予約いただいて来店されますとオリジナルデザートをサービスしております。

当店シェフ諏訪より

現地イタリアや都内有名シェフより学んだ伝統的なピッツァとパスタ、地元のお野菜・自家製のスモークやお豆富など、素材を活かしたバラエティに富んだお料理を提供していきますのでよろしくお願い致します。

ANTIPASTI アンティパスト（前菜）

ハーモニー直営工房で製造した材料を使用し、地元野菜・自家農園の無農薬野菜等フレッシュな素材でシェフが細やかな美しい料理に仕上げています。是非お召し上がり頂きたいメニューです。

おすすめ **名物！本日のアンティパスト3種盛り合わせ**
お1人様用　350 円

この価格ではありえない、忘れられないアンティパストです

日替わりアンティパスト

NEW **秋冬限定！自家製スモークサーモン　500 円**

手作りスモーク3種お試しセット　400 円

ドイツ産ブナの木のチップでじっくり燻製した自家製スモーク盛り合わせ。何が出るかはお楽しみに！

自家製ソーセージ2種盛り合わせ　650 円

本格ドイツ製法の自家製ソーセージが2種類のっています。内容はその日によって変わります。

NEW **国産丸大豆の自家製豆富の豆乳湯豆富　黒オリーブソース　400 円**

三鷹市・武蔵野市の学校給食で好評の自家製豆富をイタリア風にアレンジしました

トマトとイタリア産フレッシュモッツァレラチーズのカプレーゼ　500 円

全国で数店舗しか扱いのないイタリア直送のチーズとトマト・バジルのハーモニー

本日のチーズ盛り合わせ　450 円

その日のチーズの盛り合わせ。少しワインのおつまみが足りない時などに

おすすめ

ZUPPA　ポタージュ

NEW **かぼちゃの自家製豆乳ポタージュ　280 円**　　ハーフサイズ　150 円

国産丸大豆の自家製豆乳で作っていますのでおいしさが違います

PIZZA ナポリピッツァ

日本で数ヶ所しか使用していない自慢のできたてのモッツァレラチーズを使用しています

おすすめ 本日のきまぐれピッツァ 1080 円 日替わりの具がたくさんのってます

トマトソースベース

1番人気のマルゲリータ

おすすめ マルゲリータ 980 円 ★当店1番人気!
トマトソース・モッツァレラチーズ・バジル

マリナーラ 750 円
トマトソース・国産にんにくスライス・オレガノ(チーズなし)

サルシッチャ 1080 円
自家製ソーセージ・コーン・トマトソース・モッツァレラチーズ

NEW 釜揚げしらすとアンチョビ・ブラックオリーブのピッツァ 1080 円
釜揚げしらす・アンチョビ・ブラックオリーブ・トマトソース・モッツァレラチーズ

海の幸のペスカトーレ 1280 円
エビ・イカ・タコ・ほたて・モッツァレラチーズ

NEW イタリア産水牛モッツァレラチーズとミニトマトのスペシャルマルゲリータ 1380 円
イタリアナポリ産の濃厚な水牛モッツァレラチーズとミニトマトを使用したワンランク上のマルゲリータ

自家製バジルソース

イカスミのピッツァ

NEW ズワイガニと野菜のバジルクリームソース 1280 円

イカスミソース

イカスミとミニ甲いかの黒いソースのピッツァ 1280 円
他のお店では食べられません!意外と食べやすい自家製イカスミソースの白黒ピッツァ

モッツァレラチーズベース

生ハムとルッコラ

パルマ産熟成生ハムとルッコラのピッツァ 1380 円
熟成された生ハムとルッコラをふんだんに乗せてます

おすすめ クアトロフォルマッジ(4種のチーズ) 1380 円
タレッジョ・ゴルゴンゾーラ・モッツァレラチーズ・パルミジャーノすべてイタリアの高級チーズです

NEW デザートピッツァ

日替わり!旬のフルーツとカスタードのピッツァ 生クリーム添え 1280 円

PASTA イタリア仕込みの本格パスタ

南イタリア産「ダルクオーレ」の歯ごたえとソースの味わいをどうぞ
＊ペンネはスパゲッティに、スパゲッティをペンネに変更できます

大盛り
＋150円

おすすめ 本日のきまぐれパスタ 1080 円

トマトソース

じっくり煮込んだ自家製トマトソースとバジルのスパゲッティ 960 円
おすすめ! イタリア産フレッシュモッツァレラチーズトッピング＋200円
最高級ホールトマト「カンポグランデ」を3時間煮込みました。

野菜入りの特製ミートソース 960 円
大人気!お子様も食べやすい野菜入りの手作りミートソース。あえて煮込みすぎないのが特長です

＊ペンネアラビアータ 960 円 自家製ソーセージまたはベーコントッピング＋300円
ピリ辛トマトソースのおこりんぼうペンネ

海の幸の軽いトマトソーススパゲッティ 1280 円

NEW ワタリガニのトマトクリームソース 平打ちのリングイネで 1280 円

オリーブオイルベース

大人気!野菜のミートソース

アーリオ・オーリオ・ペペロンチーノ 960 円
国産にんにくととうがらしのスパゲッティ

いろいろ野菜とアンチョビのスパゲッティ 1080 円
季節のとれたて野菜がたっぷり入ってます

イカスミとミニ甲イカの黒いソースのスパゲッティ 1280 円

クリームソース

自家製ベーコンのカルボナーラ 1080 円
自家製ベーコンの香りと軽い仕上がりが大人気です

NEW 旨み濃厚!エビのビスクのクリームソーススパゲッティ 1280 円

NEW ゴルゴンゾーラチーズとくるみのペンネ 1080 円

おすすめ イタリア産ポルチーニ茸といろいろきのこのクリームスパゲッティ 1280 円
本場イタリアのポルチーニ茸と日本のきのこの香りのハーモニーをお楽しみください

ニョッキ

NEW さつまいものニョッキ トマトクリームソースのピザ窯焼き 1080 円
甘いさつまいもとたまご・小麦粉で作ったイタリアの伝統料理です。

SECONDI おすすめ!メイン料理

合鴨のロースト はちみつの香り その日のソースで 1380 円

合鴨のロース肉を燻製してからじっくりとローストしました。赤ワインにぴったりです

AL FORNO グラタン

おすすめ **自家製豆富とミートソースのグラタン 1080 円**

自家製のお豆富にミートソースと豆乳入りのベシャメルソース、モッツァレラチーズ をのせてピザ窯で焼きあげました。熱々をどうぞ!

手ごねミニハンバーグ

NEW **自家製おからパウダー入りミニ煮込みハンバーグ 1個 400円**

牛・豚の合いびき肉に自家製おからパウダーを加え、トマトソースで煮込みました

INSALATA サラダ 自家製ドレッシングが人気です

きまぐれサラダ

おすすめ **本日の気まぐれミックスサラダ 400 円 ハーフサイズ 200 円**

名物の日替わりの新鮮野菜がたくさんのったサラダです

NEW **2～3名様用 自家製豆富とスモークチキン・ナッツなど10品目のサラダ 850 円**

10品目サラダ

自家製鶏むねスモークのサラダ仕立て 500 円

低温でじっくりスモークしたヘルシーな国産鶏むね肉のスモークをサラダ仕立てにしました。

パルマ産熟成生ハムとペコリーノチーズのサラダ 600 円

生ハムの代表パルマ産の16ヶ月熟成された生ハムと羊の乳で作った濃厚なペコリーノチーズです

DOLCE 自家製デザート

ハーモニー各工房特製!!素材の濃い味わいをどうぞお楽しみください

自家製豆富のアイス

自家製ケーキ 各種 390 円

本日のデザート盛り合わせ 280 円

おすすめ **自家製豆富のアイス プレーン 150 円**

自家製豆富のアイス 抹茶 ココア 180 円

日替わり自家製ジェラート 150 円

★日替わりフルーツのデザートピッツァもあります。詳しくはピッツァのページへ

BIVANDE ドリンク

当店オリジナル!おすすめ健康ドリンク

国産の無農薬ケールの葉と茎をしぼって急速冷凍した青汁を取り寄せています

ケール 100%青汁　300 円

おすすめ 青汁オレンジ　300 円　青汁にオレンジジュースとゆうき酢を入れた飲みやすさが好評です

青汁アップル　300 円　青汁にりんごジュースとゆうき酢を入れてさらに体にやさしく

自家製豆乳　200 円　ハーモニー豆富工房のできたて豆乳。国産大豆を搾ったそのままの味です

ソフトドリンク

イタリア製コーヒーマシンで 1 杯ずつお作りします

ホットコーヒー　250 円（おかわり 150 円）

エスプレッソ　250 円

紅茶（ホット）　250 円（おかわり 150 円）

自家製豆乳ラテ（ホット・アイス）300 円　カプチーノ 300 円

アイスコーヒー　300 円　アイスカフェオレ 300 円

アイスティー　300 円

ブラッドオレンジジュース 300 円

コカコーラ・ジンジャーエール・オレンジ・リンゴジュース 各 250 円

BIRRA VINO　アルコール

（アルコール類は平日は14時から、土曜・祝日は開店時間より提供いたします。）

おすすめ サッポロ生ビール 中ジョッキ 500 円　グラス 350 円

サッポロ黒ラベル 中瓶　520円

ノンアルコールビール　320 円

ハウスワイン（赤・白イタリア産）

グラス　400 円　デキャンタ 500cc 1580 円

ボトル　2200 円

ロゼワイン（チリ産）ボトル　2200 円

スプマンテ（イタリア産スパークリングワイン） ボトル 2400 円～

★その他おすすめワインを各種ご用意していますのでワインリストをご覧ください

青汁オレンジカクテル（青汁オレンジ+麦焼酎） 500 円 アップルもできます

カシスカクテル各種（オレンジ・ジンジャーエール・ティー等） 500 円

焼酎グラス（ロック・水割り・お湯割り） 400 円　【麦】和ら麦 【芋】桜島