

冷たいそば ★大盛り +¥250

ざるそば ¥790

そば粉8割 つなぎ2割の二八そばです。信州木曾の木祖村産。

鴨つけそば ¥1,190

合鴨とネギの相性は抜群!冷たいそばを熱い合鴨汁につけて。

天ざる ¥1,580

海老と白身魚と野菜が3種。若干内容が変更する場合がございます。

つけとろ ¥950

定番!

ごま汁セイロ ¥950

白ごまとクルミをすりつぶし、つゆと合わせてあります。甘め仕立て。

巴(ともえ)セイロ ¥1,190

おろし、とろろ、ごま汁の3種でいただきます。

冷かけそば ★大盛り +¥250

葉わさびおろしそば ¥980

さっぱり大根おろしに「つーん」と葉わさび、これぞ信州の夏そば。

大海老天おろしそば ¥1,580

大海老2本+青味+おろし 別盛りでお出し致します。

安曇野御膳 ¥1,780

ミニきのおおろしそば、ミニ葉わさびおろしそば、ミニとろろそば、天ぷら3種。

おそばとセット ★大盛り +¥250

お蕎麦とネギトロ丼 ¥1,190

そば小盛(ざる 又は かけそば)、ミニねぎとろ丼、味噌汁

お蕎麦と海老天丼 ¥1,280

そば小盛(ざる 又は かけそば)、ミニ海老天丼、味噌汁

お蕎麦とうな丼 ¥1,380

そば小盛(ざる 又は かけそば)、ミニうなぎ丼、味噌汁

※表示価格は税込です。

温かいそば ★大盛り +¥250

かけそば ¥790

なんだかんだかけそば。シンプル。

とろろそば ¥950

定番!

天ぷらそば ¥1,580

海老と白身魚と野菜が3種。若干内容が変更する場合がございます。

鴨南蛮そば ¥1,480

焼いたネギと鴨のおダシがつゆにたっぷり。南蛮とはネギのこと。

大海老天そば ¥1,680

大海老の天ぷらが3本。食べごたえあり。

カレー南蛮そば ¥1,280

店長スペシャルブレンドカレー使用。こだわりの味。ごはんプラス 220円。

とうじそばプラン

シンプル ¥1,980

とうじそば、そば米雑炊、ざるそば

スペシャル ¥2,500

シンプル + 馬刺し、焼き味噌、葉わさび漬け、塩イカと胡瓜の和え物

デラックス ¥2,930

スペシャル + 季節の天ぷら + そばの実アイス

コース

そば屋におまかせコース ¥2,500

別紙参照

そば屋におまかせコース + 90分飲み放題 ¥4,000

別紙参照

デザート

そばの実アイス ¥470

甘さ控えめ、大人のデザート。そばせんべいを添えて。

※表示価格は税込です。

郷土の一品

馬刺し ￥1,280

赤身です。信州といえば馬刺し。高たんぱく低カロリー。

馬モツ煮 ￥590

味付けは信州味噌のみですが、けっこう手間暇かけています。

塩丸いかと胡瓜の和え物 ￥390

海の無い信州で、昔から食べられてきた保存食。

葉わさび漬 ￥390

醤油で味付けしてあります。ツンっと辛い。

野沢菜の漬け物 ￥350

松本ではお茶を飲みながら野沢菜をつまようじで食べる習慣があります（笑）。

そば屋の定番

板わさ ￥390

安曇野名産のわさび漬けを添えてあります。醤油をたらしてどうぞ。

焼き味噌 ￥430

白味噌に薬味を混ぜ調味したお味噌を、木曾のヒノキにぬって炙ります。

蕎麦屋の厚焼き玉子 ￥570

そばつゆで味付け。少々甘め仕立てです。

そばがき ￥860

そばを切ると「そば切り」そばをかき混ぜると「そばがき」になります。

ちょこっと一品

きのこおろし ￥360

店にあるもので一品。

枝豆 ￥390

特にこだわりはございません。ビールに枝豆は夏の風物詩。

カリカリ蕎麦 ￥390

意外といけるよん。

塩だれキャベツ ￥380

もう一品に良いと思います。

※表示価格は税込です。

サラダ

コンビネーションサラダ みよ田STYLE ￥980

揚げ蕎麦を壊して混ぜて召し上がれ。

蕎麦屋のグリーンサラダ ￥780

シンプルな蕎麦屋のサラダです。

天ぷら

大海老の天ぷら ￥1,280

天ぷらの王様、大海老3本。

大海老と野菜の天盛り ￥1,280

大海老と白身魚、野菜が4種ぐらい。変更あり。

野菜の天盛り ￥780

内容変更あり。だいたいかぼちゃ、なす、ししとう、あと2種類ぐらいです。

野沢菜の天ぷら ￥520

リクエスト多し。お試しあれ。

炙り

えいひれ ￥580

さっと炙って七味マヨネーズで。七味はもちろん八幡屋磯五郎！

焼き塩鯖 半身 ￥580

日本酒のお供に最高です。

揚げ物

本日のかき揚げ ￥530

別紙と同じ季節の超おすすめです。

ひとくち山賊焼き ￥690

信州の郷土料理。食べやすいように、ひと口サイズで召し上がれ。

フライド長芋（山形村産） ￥530

長野県山形村産長芋をほくほくと・・・

※表示価格は税込です。

ビール	サッポロ生ビール	¥520
	サッポロ中瓶	¥570
	ノンアルコールビール（小瓶）	¥420

冷酒	<small>ますみ</small> 真澄 真伝寒造り 純米 <small>【信州・諏訪】</small> 料理に合わせやすい、すっきり清らか。	¥690
	<small>だいせつけい</small> 大雪溪 特別純米 <small>【信州・池田】</small> 飲み飽きしない旨口定番酒。	¥690
	<small>みずお</small> 水尾 特別純米金紋錦 <small>【信州・飯山】</small> 透明感と、木島平産の金紋錦の香り。おすすめ。	¥690
	<small>ふくげん</small> 福源 純米無ろ過生原酒 <small>【信州・池田】</small> 田舎の米蔵の匂いがします。店長おすすめ。	¥780
	<small>だいしんしゅう</small> 大信州 超辛口 純米吟醸 <small>【信州・豊野】</small> 吟醸が香ります。一番人気。	¥780
	みよ田 純米吟醸 <small>【信州・小布施】</small> 端麗辛口。松葉屋酒造さんに作ってもらっています。	¥690

燗酒	<small>だいせつけい</small> 大雪溪 蔵出し <small>【信州・池田】</small> 定番酒。	¥500
----	--	------

その他	ハイボール デュアーズ	¥520
	梅酒 ロック・水割り・お湯割り	¥480
	グラスワイン（赤・白）	¥480

※表示価格は税込です。

焼酎	<small>てんざんとがくし</small> そば 天山戸隠 <small>【信州・松本】</small> まろやかでバランス良しです。	<small>グラス</small> ¥520 <small>ボトル</small> ¥3,120
----	--	--

そば焼酎	木曾の蕎麦で造ったそば焼酎 <small>【信州・木曾】</small> 信州木曾の玄そば使用。素直なそばの香り。おすすめ。	<small>グラス</small> ¥660 <small>ボトル</small> ¥4,000
------	--	--

そば焼酎	<small>にはち</small> 二八 <small>【信州・下条村、飯島町】</small> 信州下条村、飯島町の玄そば使用。原産地呼称認定商品。	<small>グラス</small> ¥660 <small>ボトル</small> ¥4,000
------	---	--

芋焼酎	<small>さくらじま</small> 桜島 黒	<small>グラス</small> ¥520 <small>ボトル</small> ¥3,120
-----	-------------------------------------	--

麦焼酎	<small>わらむぎ</small> 和ら麦	<small>グラス</small> ¥520 <small>ボトル</small> ¥3,120
-----	-----------------------------------	--

そば湯割り、ロック、水割り、お湯割りどうぞ！

サワー	レモンサワー	¥500
	グレープフルーツサワー	¥500
	りんご酢サワー	¥500
	梅酒サワー	¥500

酎ハイ	ウーロンハイ	¥500
	そば茶ハイ	¥500
	玉露ハイ	¥500

ソフトドリンク	ウーロン茶	¥280
	玉露	¥280
	コーラ	¥280
	グレープフルーツジュース	¥280
	オレンジジュース	¥280

※表示価格は税込です。