



Lunch Menu
ランチメニュー



Ayurveda
アーユルヴェーダの国
スリランカからの贈り物

Sri Lankan
Sri Lankan herb & spice

スリランカからのハーブ&スパイスは母の味

島国のスリランカ料理は日本と同じかつお節を使い
体を整えるアーユルヴェーダに基づいてつくられた
料理です。

タップロボーン全ての料理に使うスパイスは、実家の
母がスリランカで材料から選び、ブレンドして三週間
に一回のペースで日本に直輸入しているものです。

この新鮮な香り高いハーブのスパイスに、日本では
右に出るものはいません。

アーユルヴェーダスパイスを使ったこだわりの本格
スリランカ料理の味を皆様にお届けいたします。



オーナー
カピラ バンダラ

Kapila Bandara

日本在住 20年以上 現日本国籍。スリランカ人
と結婚し、子供3人に恵まれ、日本の辛い冬を
スリランカのスパイスで乗り越え、その経験を
お世話になった日本人の皆さまに恩返しとして
スリランカ料理そのものを味を変えず届けたい
という強い思いからはじめたスリランカ料理店
です。

「タップロボーン」とは、セイロン(現スリランカ)
の前の国名です。



★お好きなカレーとパン or ライスをお選びください。

A ランチ *A Lunch* ¥1,080

★カレー 2 品 下記よりお選びください

You can choose two kinds of curry

好きなカレーが
2 種類
選べます！



チキンカレー / ポークカレー / ビーフカレー / フィッシュカレー / ミックス
Sri Lankan Original Curry ベジタブルカレー

Chicken / Pork / Beef / Fish / Mix Vegetable Curry



※ロティセット

★ロティ or イエローライス or ナン

Rotti or Yellow Rice or Plane Nan ※ロティとナンはお時間を 5 分～ 10 分程頂く場合がございます。



・サラダ
Salad

+200 円でセイロンティー付き

ロティ or ナン
おかわり 1 枚まで無料！

or

イエローライス
大盛り無料！

B ランチ *B Lunch* ¥980

★カレー 1 品 下記よりお選びください

You can choose one kinds of curry

好きなカレーを
1 種類
選んでね！



チキンカレー / ポークカレー / ビーフカレー / フィッシュカレー / ミックス
Sri Lankan Original Curry ベジタブルカレー

Chicken / Pork / Beef / Fish / Mix Vegetable Curry



※ロティセット

★ロティ or イエローライス or ナン

Rotti or Yellow Rice or Plane Nan ※ロティとナンはお時間を 5 分～ 10 分程頂く場合がございます。



・サラダ
Salad

+200 円でセイロンティー付き

Rotti & Rice

★スリランカ式パン、ライス

Ceylon Tea (hot or ice) ¥200

セイロンティー (ホットまたはアイス)



ロティ
Rotti

タップロポーン
オリジナルロティ

★おかわり 1 枚まで

イエローライス
Yellow Rice

ココナッツミルクで
炊いた黄色いご飯

★大盛り無料！

ナン
Plane Nan

★おかわり 1 枚まで

大盛り+100円

Cランチ *C Lunch* ¥990

- ・チキンカレー
Chicken Curry
- ・五目チャーハン (目玉焼きトッピング)
Fried rice (fried egg topping)
- ・サラダ
Salad

+200円でセイロンティー付き



Dランチ *D Lunch* ¥990

- ・チキンカレー
Chicken Curry
- ・スパイシービーフン (目玉焼きトッピング)
Spicy fried noodles (fried egg topping)
- ・サラダ
Salad

+200円でセイロンティー付き



デビルライス

Devil Rice

¥1,080

サラダ付き

スリランカ式の中華炒め。
チキンや長ネギを辛くコクのある味に仕上げました。



チョップシーライス

Chopsy Rice

¥1,080

サラダ付き

スリランカ式スイート&サワーな炒めもの。
たっぷり野菜とチキンです。



大盛り+100円

※ロティーラップを除く

ジャパランカカレーライス

Japalanka curry rice

¥1,080

サラダ付き

日本のチキンカレーにスリランカのカレー粉をプラス。
食べやすく、しかも深い味わいです。



ロティーラップ

Rotti wrap

¥980

サラダ付き

モチモチのスリランカの薄焼きロティで、チキンの
スパイシーフライと野菜を包みました。



※デビルライス、チョップシーライス、ロティラップはお時間を5分～10分程頂く場合がございます。



全ての料理に動物性の油は使用していません。

Ayurveda Ratukekulu One plates

スリランカ家庭の味

アーユルヴェーダ・ ラトゥキヤクル ワンプレート

¥1,380



ラトゥキヤクル

玄米のように栄養豊富な
スリランカの赤米です。

All-Vegetarian

Ayurveda One plates



ライス&カレー ワンプレート

One plates of rice and curry

¥1,180

One plates

体調を整えるためにつくられた、スリ
ランカのお母さんの盛りつけです。
(食べ方をみて家族の体調を考えます)

ワンプレートの楽しみ方・食べ方

1. 目で楽しむ
2. 香りで楽しむ
3. 手でまぜまぜして楽しむ
よくまぜる=よく噛む。



★まぜかた

まわりのおかずをそれぞれライスとまぜて
味わってください。
全部をごはんとまぜるのはスリランカでは
縁起がよくない食べ方になります。



お持ち帰りできます！
※お店でも食べれます

スリランカ式お弁当

ランプライス

Lamprice

¥1,650

Lamp rice

+ゆで卵付き

少しあぶって香りをだしたバナナの葉の上に
盛りつけたものです。

Chicken Kottu Rotti

ディナー定番品がランチにも登場！

チキン コットウ ロティ

Chicken Kottu Rotti

¥1,200

ロティを刻んでたくさんのスリランカスパイスと野菜
をチキンカレーで味付けたチャーハン風の料理です。
ボリュームたっぷり！



タップロボーン
JIMBOCHO

Lunch Drink & Dessert Menu

ランチドリンク & デザートメニュー



Beer

ビール

生ビール (アサヒ スーパードライ) ¥400



スリランカ・ライオンビア (ラガー) (瓶) ¥700

スリランカ・ライオンビア (スタウト) (瓶) ¥700

Softdrink

ソフトドリンク

マンゴージュース ¥300
オレンジジュース ¥300
パインジュース ¥300
グレープフルーツジュース ¥300
トマトジュース ¥300
コーラ ¥300
ジンジャエール ¥300

セイロンティー ¥200
(ブラック・ミルク/ホット・アイス)
本場の味を楽しんでください



Sri Lankan Arrack

スリランカ・アラック

メンディスゴールドアラック

(1ショット) ロック ¥600

水割り ¥600

ソーダ割 ¥600



ココナッツの甘い芳醇な香りで
とても飲みやすいヤシ酒の蒸留酒

Sour

サワー

レモンサワー ¥350

Lunch Dessert

ランチデザート

Watalappan

ワタラップン ¥500

ヤシの黒糖とココナッツのスリランカ式プリン



Mi Kili

ミーキリ ¥500

(ヨーグルトのキトゥルハニーがけ)

スリランカ特産 キトゥル 椰子の蜜をかけたヨーグルト
優しい甘さでさっぱりとおいしい

※表記価格は全て税抜き価格です。 All prices are excluding tax.

スリランカ 🇱🇰 × 日本 🇯🇵 の深い話!?

Sri Lankan and Japan

世界で一番早く

日本と外交を結んだ国、スリランカ

「光輝く島」という意味の名前を持つスリランカは、北海道の8割の大きさの国土に8つもの世界遺産を擁し、美しい海、茶畑、宝石、ホロスコープ、アーユルヴェーダ、スリランカカレー、セイロンティーなど、体の中と外から癒される魅力あふれる国です。

そんなスリランカと日本との知らざる深い絆をご紹介します。

日本を救った

スリランカ大統領の名演説

第二次世界大戦敗戦後の1951年サンフランシスコ講和会議。戦争に勝ったアメリカ、イギリス、ソ連、中国によって作られた「日本分割占領案」により、日本を4分割にする案が出ました。

そんな中、講和会議の流れを一変させる演説が当時のスリランカの蔵相（後の大統領）だったジャヤワルダナ氏によって行われたのです。以下演説の抜粋を紹介します。

「日本が掲げる理想に、多くのアジアの人々が共感したことを忘れないでほしい」

と述べ、さらに

「憎悪は憎悪によって止むことはなく、慈愛によって止む」

と仏陀の言葉を引用して、日本への賠償を放棄する旨の演説をし、会議に参加した多くの国がそれを称賛しました。

この演説によって戦勝国は日本占領に対する考えを変え、日本は分割されずに済みました。結果、日本が国際社会に復帰する道すじをつくったと言われています。

そして、この講和会議での条約締結後、日本が初めて国交を結んだのが「インド洋の真珠」と呼ばれる美しい国スリランカだったのです。

