

食で美しく満たし、気づきでととのえる銀座の夏のご褒美フレンチ

ウェルネス テーブル ラディアンス
「The Wellness Table -Radiance-(輝き)-」を発売

2026年6月1日～8月31日

ホテルグランバツハ東京銀座(所在地:東京都中央区銀座、総支配人:山瀬 富士夫)では、レストラン「ヴァルトハウス」にて、夏のからだを美しくととのえる食体験を提案する「The Wellness Table -Radiance-(ウェルネス・テーブル -輝き-)」を、2026年6月1日(月)より8月31日(月)までお届けします。さらにこの期間、からだを計測してプロのアドバイスを受けることができるInBody計測付きプランがバージョンアップいたします。



コース5皿でランチ704kcal、ディナー843kcalに抑えつつたんぱく質豊富で、からだづくりにバランスよい栄養素を揃えた「ウェルネス・テーブル -輝き-」

■暑さに負けないからだ、美をととのえる夏のフレンチコース

初夏の陽射しが少しずつ強まり、揺らぎやすいこの季節。心とからだを軽やかにととのえていく——そんな夏ならではのウェルネスを、ホテルグランバツハ東京銀座では5皿のランチコース「The Wellness Table -Radiance-(ウェルネス・テーブル -輝き-)」として表現しました。

夏のテーブルには、やがて訪れる暑さの気配を感じながらも、大切な方と心地よく食事の時間を楽しんでほしい、そんな想いを込めて、シェフと管理栄養士の資格を持つウェルネスフード・コンシェルジュのハーモニーで、異国のリゾート地を思わせる華やかなコースに仕立てあげました。赤や黄色の鮮やかな夏野菜や香り豊かなハーブを使い、発酵の旨みを重ねた料理の数々は、高揚感がありながらも、食後に重たさを残さない軽やかな味わい。主役には高たんぱくで夏のからだづくりに嬉しい鶏肉を据え、コース全体で“美味しさ”と“ウェルネス”を同時に叶えます。

ゆったりと会話を楽しみながら銀座の午後を楽しむランチは、5皿で704kcalを実現。さらに、トレーニングやボディメイクを意識する方へ向けて、メイン料理のお肉を2倍にした「至福のダブルミートコース(5皿で830kcal、たんぱく質52.9g)」もご用意しています。

※参考に、「牛肉のボロネーゼスパゲティ」一皿は、約858kcal(あすけんより)

また、より自分を高めたい方にこの夏、さりげなく“自分を知る”体験をプラス。InBody による体成分分析の結果をもとに、ウェルネスフード・コンシェルジュがアドバイスをを行い、EMS を中心としたトータルウェルネスブランド「SIXPAD(シックスパッド)」の機器をご体験いただける特別プランが期間限定で登場します。(協力:株式会社 MTG)

暑い夏に向けたご準備に、また大切な人と“心地よくととのう”涼やかな銀座でのお食事をお楽しみください。

■「ウェルネス・テーブル -輝き-」のメニューから

まろやかなエスプーマと夏野菜の華やかさを楽しむシグネチャーサラダ

「ベジブーケ・ファースト ロメスコエスプーマ」

陽射しをたっぷり浴びた抗酸化作用のある栄養素の豊富なトマトやパプリカをはじめ、色鮮やかな夏野菜を束ねるように盛り込んだ「ベジブーケ」。1 食分として推奨される約 120g の野菜に、発酵食品である自家製ピクルスのやわらかな酸味、キヌアやナッツの香ばしい食感、豆乳チーズの軽やかなコクを重ね、暑い季節でも心地よく楽しめる一皿に仕立てました。

主役となるのは、スペイン・地中海沿岸で親しまれるロメスコソースを軽やかに再構築したエスプーマ。トマトの甘みやパプリカの香り、ナッツの旨みでふわりと包み込み、食べ進めるほどに夏のからだへやさしく活力を巡らせていきます。



※野菜を先に食べることで、同じ食事内容でも血糖値の上昇が緩やかになると報告されており、生活習慣病や肥満の予防に役立つ事が期待されている。

優しい味わいの茶粥に発酵トマトの酸味が引き立つ一皿

「イサキのポワレ 夏のズッキーニと茶粥 アサリと発酵トマトの軽やかなジュ」



旬のイサキに発酵トマトの爽やかな酸味と、和を感じさせるアサリの出汁のエッセンスをまわせた軽やかな一皿。サフランで彩ったリゾート地を思わせるようなエキュームの下には、ほうじ茶でやさしく炊き上げた茶粥が。暑い季節でも心地よく味わえるようシェフのやさしさで仕上げたお料理です。食べ進めても重たさを感じさせない、夏らしい余韻を生み出します。

イサキには、紫外線対策として日焼け止めを使用することで体内生成が減少しやすいビタミン D が豊富に含まれているのも特徴。夏のコンディションづくりを食からやさしく支えます。

高たんぱくでありながら重くならず、暑さに負けない夏の「力」を生み出す

「阿波尾鶏の炭火焼き 万願寺唐辛子とレンズ豆 レモンと青唐辛子の麴クリームソース」

香ばしく炭火で焼き上げた阿波尾鶏と、夏野菜の万願寺唐辛子。シンプルな食材を、自家製レモン麴のほのかな酸味あるクリームソースで仕上げる、軽やかさと満足感を両立したメインディッシュです。

高たんぱく・低脂質の阿波尾鶏は、絶妙な火入れで皮はパリッと香ばしく、身はしっとりとしゅーしゅーに。あえて食感を残したレンズ豆の素朴な旨みが重なり、ひと口ごとに奥行きが広がっていきます。



料理長 北島 貞治(きたじま さだはる)



フランス料理に感銘を受け、フレンチレストランにて料理人としてのキャリアをスタート。その後、国内のホテルにて研鑽を積む。

2016年に株式会社グリーンホスピタリティーマネジメントに入社し、運営ホテルにてレストラン副料理長などを歴任。2021年よりホテルグランバツハ東京銀座レストラン「ヴァルトハウス」に着任し、2022年8月より料理長に就任。発酵文化の盛んな茨城・常総市の出身で、和の食文化にも深く親しんできた背景を持ち、フランス料理に和の技を自然に織り交ぜた表現を得意とする。

ウェルネスフード・コンシェルジュ 大島 瑠梨子(おおしま るりこ)

大学で栄養学を学び、管理栄養士資格を取得後、2012年に株式会社グリーンハウスへ入社。法人向けのメニュー開発・栄養管理や、特定保健指導など、食と健康に関わる業務に幅広く携わる。2021年、ホテルグランバツハブランド初の「ウェルネスフード・コンシェルジュ」に就任。現在はシェフと連携し、ウェルネスをテーマにした料理の開発に加え、来館ゲストへの食事、運動や睡眠についてのトータルな案内なども行っている。



■The Wellness Table ～ホテルダイニングで過ごす、心地よいモダンウェルネスの形～

「The Wellness Table(ウェルネス・テーブル)」は、四季の食材が見せる豊かな表情とフレンチの技法、そして受け継がれてきた発酵の文化を、“テーブルを囲む”というひとつの発想で結んだ、ホテルグランバツハ東京銀座が新たに広げていく食体験です。

美味しさの深みを育て、からだにやさしく寄り添うシェフの発酵技術と、食べる人のことを思い、食材と向き合うウェルネスフード・コンシェルジュの二つの感性が響き合うことで、料理には軽やかさと奥行きが自然に宿ります。

大切にしているのは、丁寧に用意した料理を囲むひとときが、食事をする人の心とからだをそっとととのえていくこと。テーブルで交わされる会話や時間、街の空気感までもがゆるやかにつながり、ホテルダイニングに新しい豊かさをもたらす—それが私たちの考える、これからのウェルネスの形です。

■食べる美しさを、自分のからだから知る。InBody計測 × SIXPADトレーニング体験

お食事の前に、体成分分析装置「InBody」による測定を通して、自身のからだの状態や筋肉バランスを可視化し、ウェルネスフード・コンシェルジュがカウンセリングを行う人気の体成分分析「InBody」体験プラン。この夏は期間限定で、「SIXPAD」の3種類の※EMS機器をお試しいただくことができるプランをご用意しました。InBodyの測定結果をもとにしたボディメイクやコンディショニングのため、必要な筋肉へアプローチし、自身のからだへの理解を深める選択肢のひとつをご体験いただけます。

※EMS(Electrical Muscle Stimulation):筋電気刺激

<SIXPADトレーニング体験>

計測結果をもとに、ウェルネスフード・コンシェルジュが以下の3つよりおすすめをご案内いたします。

・お腹まわりコース(使用機器:Core Belt 2、体験時間:23分)

アプローチ部位:腹直筋、腹斜筋、広背筋下部、脊柱起立筋下部

・フットコース(使用機器:Foot Fit 3 Heat、体験時間:15分)

アプローチ部位:足裏、前すね、ふくらはぎ

・プロフェッショナルコース(使用機器:MEDICAL PRO、体験時間:15分)

アプローチ部位:お腹まわり、太ももなど組み合わせ可能 ※着衣のまま、お腹まわり、太ももに電極ベルトを巻き付けて施術します



「ウェルネス・テーブル -Radiance(輝き)-」の概要

提供期間: 2026年6月1日(月)~8月31日(月)

提供時間: ランチ 11:30 - 15:00 (L.O.14:30)、ディナー 18:00 - 22:00 (コース L.O. 20:00)

提供場所: レストラン「ヴァルトハウス」(ホテルグランバツハ東京銀座1階)

料金: ランチコースのみ 4,840円

ランチコース+「InBody計測+SIXPADトレーニング体験」 8,740円

※オンラインでのご予約は、2名様までのお申込みとなります。3名様以上ご希望の場合は、お電話にてお問合せください。

お肉2倍ランチコース「至福のダブルミートコース」 5,929円

ディナーコース 7,865円 ※ディナーは要予約



The Wellness Table -Radiance-

メニュー

ベジブーク・ファースト ロメスコエスプーマ

とうもろこしのヴルーテ ポップコーンのエキューム

水ナスのロースト 剣先イカとフェネルのコポー 豆乳ヨーグルトソース★

イサキのポワレ 夏のズッキーニと茶粥 アサリと発酵トマトの軽やかなジュ

阿波尾鶏の炭火焼き 万願寺唐辛子とレンズ豆 レモンと青唐辛子の麴クリームソース

発酵バナナのムース ココナッツのクランブル トロピカルフルーツのグラニテ

パン

コーヒーまたは紅茶(ロンネフェルト)

★ディナーのみ

【お客様からのご予約・お問合せ】

<予約方法>	オンライン予約、またはお電話にてご予約ください。
(ホテルウェブサイト)	https://www.grandbach.co.jp/ginza/
(レストラン直通番号)	TEL / 03-5550-2227

- ・掲載写真はすべてイメージで、実際と異なる場合があります。
- ・記載のカロリーは推定値となります。
- ・メニュー内容は食材の入荷状況等の理由により予告なく変更となる場合があります。
- ・すべての料金表示は消費税(10%)とサービス料(10%)を含んでおります。

■「SIXPAD」について



トップアスリートのトレーニングメソッドを取り入れたホームユースのEMS 機器ブランドとして 2015 年に誕生。時間と場所を選ばない本格的なトレーニング機会を提供し、人生 100 年時代の健康意識の醸成とともに、トレーニングからヘルスケアへ領域を拡大しました。大学や病院をはじめとした数々の機関と協業し、研究結果に基づいた「トレーニング&リカバリー」を通じて、多様なライフスタイルを持つすべての人が、手軽に、効率的に取り入れられる健康習慣を提案しています。トータルウェルネスブランドとして、すべての人の健康で生き生きとした「VITAL LIFE(バイタルライフ)」への貢献を目指しています。(<https://www.mtgec.jp/wellness/sixpad>)

■ホテルグランバツハ東京銀座 について

全国4か所(仙台・銀座・熱海・京都)にて展開するホテルグランバツハは、J.S. バツハの音楽でゲストをお迎えする静謐な環境と、きめ細かなおもてなしで寛ぎの時間を演出しています。ホテルグランバツハ東京銀座では、「バツハとウェルネスキューイジーヌで心身が癒されるステイ」をコンセプトに、フレンチの技法を用いた心身に嬉しい「ウェルネスキューイジーヌ」と、グランドピアノなどのライブ演奏と共に、国内外から訪れるゲストをお迎えしています。

【本件に関する報道関係の皆様からのお問合せ先】

株式会社グリーンホスピタリティーマネジメント

担当:セールス&マーケティング部 | ホテルグランバツハプレス窓口(担当:高木・霜山)

E-mail: press@grandbach.co.jp

〒163-1419 東京都新宿区西新宿 3-20-2 東京オペラシティタワー19 階

TEL/03-6300-6754, FAX/03-3349-1217 <https://www.grandbach.co.jp/>