

FRITZ フラポ

めちやくちやおいしいよ



オーストラリア
トッピング
とろりチーズ
¥250 (275)

- ①オリジナルマヨネーズ
Original Mayonnaise
- ②明太バターソース
Mentaiko Butter Sauce
- ③濃いめのケチャップ
Rich Ketchup
- ④激辛！ハラペニマヨ
Extra Spicy Jalapeño Mayo
- ⑤オーロラソース
Ketchup & Mayo Blend
- ⑥ピリ辛からしマヨ
Spicy Mustard Mayo

R レギュラーサイズ
お好きなソースを①つ選んでね！
¥540 (594)

L ラージサイズ
お好きなソースを②つ選んでね！
¥980 (1078)

APPETIZER 前菜

- 鶏レバームース ブリュレススタイル ¥680
- Chicken Liver Mousse – Brûlée Style (748)
- 自家ピクルス ¥480
- Homemade Pickles (528)
- アンチョビガーリックのブロッコリー炒め ¥580
- Sautéed Broccoli with Anchovy and Garlic (638)
- 木ノ子とベーコンのチーズ オムレツ ¥680
- Cheese Omelet with Mushrooms and Bacon (748)
- とろりたまごのチャーシューエッグ ¥980
- Chashu Pork with Creamy Soft Egg (1078)



SALAD

- 生ハムのサラダ ¥880
- Prosciutto Salad (968)
- ズワイガニとアボカドのサラダ ¥980
- Snow Crab & Avocado Salad (1078)



MEAT 定食でもシェアでも

タワー オブ ハンバーグ

Tower of Burg Hamburgers 10 pieces
10段ハンバーグ 3種のソース付き

- A 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×10個 ¥3200 (3520)
- B 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×5個
和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×5個 ¥4500 (4950)
- C 和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×10個 ¥6000 (6600)

Hamburgers 2 pieces

2段ハンバーグ 3種のソース付き

- D 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×2個 ¥720 (792)
- E 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×1個
和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×1個 ¥1100 (1210)
- F 和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×2個 ¥1400 (1540)

Hamburgers 3 pieces

3段ハンバーグ 3種のソース付き

- G 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×3個 ¥1000 (1100)
- H 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×2個
和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×1個 ¥1400 (1540)
- I 和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×3個 ¥1800 (1980)

Hamburgers 4 pieces

4段ハンバーグ 3種のソース付き

- J 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×4個 ¥1100 (1210)
- K 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×2個
和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×2個 ¥1650 (1815)
- L 和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×4個 ¥2300 (2530)

Omelette Hamburgers 2 pieces

オムバーグ ハートのケチャップ付き

- M 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×2個 ¥1100 (1210)
- N 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×1個
和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×1個 ¥1400 (1540)
- O 和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×2個 ¥1680 (1848)

北アルプスあずみ野エコファームより！！！！

極厚！安曇野げんき豚のしょうが焼き

Pork ginger stir-fry ☆お肉250g。ライス・スープ付き

- P 豚肉のしょうが焼き ¥1800 (1980)

A set ¥273 (300)
ごはん+スープ
Rice & Soup

B set ¥364 (400)
ごはん+サラダ
Rice & Salad

C set ¥455 (500)
ごはん+スープ+サラダ
Rice & Soup & Salad

※セットのごはんは、おかわり一杯無料

～トッピング：TOPPINGS～

- Wとろりチーズ Large cheese ¥480 (528)
- とろりチーズ Cheese ¥250 (275)
- アボカド Avocado ¥200 (220)
- 目玉焼き Fried egg ¥180 (198)
- ベーコン Fried Bacon ¥250 (275)
- 生卵 Raw egg ¥150 (165)
- わたあめソース Sukiyaki sauce ¥500 (550)

～追加：ADD～

- サラダ Half Salad ¥250 (275)
- ごはん Rice ¥200 (220)
- 大ごはん Large Rice ¥300 (330)
- 小ごはん Small Rice ¥150 (165)
- スープ Soup ¥150 (165)
- 3種のソース 3 sauces ¥150 (165)
- ハンバーグ (PORK) 一個 ¥300 (330)
- ハンバーグ (BEEF) 一個 ¥600 (660)



PASTA 自家製麺使用

名物！わたあめボロネーズ

Spaghetti bolonese with cotton Candy 1280 1408

生ハムと彩野菜のペペロンチーノ

"Hamon Serrano" & grilled vegetable with chili garlic oil 1100 1210

明太子バター

Mentaiko & butter 980 1078

大葉のジェノベーゼ ズワイガニを乗せて

ZuwaiiCrab with garlic "OHBA" sauce 1100 1210

幸せのカルボナーラ

Mentaiko carbonara 1380 1518

瞬間燻製のアラビアータ

Bacon & eggplant chili tomato sauce 1100 1210

ズワイガニのトマトクリーム

ZuwaiiCrab with tomato cream sauce 1480 1628

PIZZA 22cm クラフト生地

ベーコンと野菜のピザ

Bacon & vegetable pizza 1280 1408

茄子とボロネーズのピザ

Eggplant & minced meat bolonese pizza 1280 1408

激辛ハラペーニョピザ

Jalapeno pepper pizza 1380 1518

生ハムとバルサミコソース

"Hamon Serrano" & balsamic vinegar pizza 1480 1628

ズワイガニと木ノ子のピザ

ZuwaiiCrab & mushroom pizza 1480 1628

クワトロフォルマッジ 4種のチーズ

4 kind of cheese pizza 1980 2178

D set ¥364 (400)
サラダ+スープ
Salad & Soup

E set ¥546 (600)
ドリンク+サラダ
Drink & Salad

セットドリンクメニュー
コーラ・ジンジャーエール
メロンソーダー・烏龍茶



お得なDINNER SET

フード5品+2ドリンク

【お一人様】**¥3900-** (税込)

【2 DRINK】

☆通常メニューから2杯お選びください



+

【5 FOOD】

①FRITZ

※ベルギースタイルのフライドポテト
※既存のソースを一つお選びください。

②APPETIZER 前菜

※既存のメニューから一つお選びください。

③SALAD シェフのおまかせサラダ

④MEAT タワーオブバーグ

※既存のトッピングから一つお選びください。
※名物のハンバーグをお楽しみください。
※人数に合わせたサイズ感でお出しします。

⑤PASTA 自家製パスタ

※既存のメニューから一つお選びください。



※2名様からご利用できます。

DRINK



●ビール / Beer

キリン一番搾り 生ビール
Kirin Ichiban Draft Beer (Glass) ¥680 (748)

アサヒスーパードライ (中瓶)
Asahi Super Dry (Medium Bottle) ¥880 (968)

キリングリーンズフリー (小瓶)
Small Bottle, Non-alcoholic Beer ¥580 (638)

●ビールカクテル / Beer Cocktails

シャンディーガフ
(ビール+ジンジャーエール)
Shandy Gaff (Beer + Ginger Ale) ¥630 (693)

ディーゼル (ビール+コーラ)
Diesel (Beer + Cola) ¥630 (693)

パナシェ (ビール+レモネード)
Panaché (Beer + Lemonade) ¥630 (693)

●ワイン / Wine



サングリア 白
White Sangria ¥680 (748)

サングリア 赤
Red Sangria ¥680 (748)

グラス 白
Glass of White Wine ¥480 (528)

グラス 赤
Glass of Red Wine ¥480 (528)

●サワー / Sours

レモンサワー
Lemon Sour ¥500 (550)

ウーロンハイ
Oolong-hai ¥500 (550)

梅酒サワー
Plum Wine Sour ¥500 (550)

●ウイスキー / Whisky

ハイボール
Highball ¥480 (528)

ジンジャーハイボール
Ginger Highball ¥580 (638)

コーラハイボール
Cola Highball ¥580 (638)

角ハイボール
Highball (Suntory Kaku) ¥680 (748)

陸ハイボール
Highball (Kirin Riku) ¥780 (858)

●クリームソーダ ALL ¥580 / Cream Soda (638)

いちご
Strawberry

オレンジ
Orange

メロン
Melon

ブルーハワイ
Blue Hawaii



●ソフトドリンク ALL ¥380 / Soft Drinks (418)

ウーロン茶
Oolong Tea

コーラ
Cola

ジンジャーエール
Ginger Ale

ソーダ水
Soda Water



※ボトルワインをご用意あります。
詳しくはスタッフまで
Bottled wine available.
Please ask our staff for details.

カブトシモキタ



Lunch menu 11:30 ~ 15:00

Tower of Burg

タワー オブ ハンバーグ

10段ハンバーグ ライス・スープ・4種のソース付き
Hamburgers 10 pieces ※ご飯一杯おかわり出来ます。

- A 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×10個 ¥3200 (3520)
- B 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×5個
和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×5個 ¥4500 (4950)
- C 和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×10個 ¥6000 (6600)

お試しにどうですか!?

2段ハンバーグ ライス・スープ・3種のソース付き
Hamburgers 2 pieces ※ご飯一杯おかわり出来ます。

- D 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×2個 ¥850 (935)
- E 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×1個
和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×1個 ¥1100 (1210)
- F 和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×2個 ¥1400 (1540)

NEW

新発売!!!! 満を持して登場!?

3段ハンバーグ ライス・スープ・3種のソース付き
Hamburgers 3 pieces ※ご飯一杯おかわり出来ます。

- G 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×3個 ¥1000 (1100)
- H 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×2個
和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×1個 ¥1400 (1540)
- I 和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×3個 ¥1800 (1980)

Very popular

大人気!!!! あの方も食べた!?

4段ハンバーグ ライス・スープ・3種のソース付き
Hamburgers 4 pieces ※ご飯一杯おかわり出来ます。

- J 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×4個 ¥1100 (1210)
- K 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×2個
和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×2個 ¥1650 (1815)
- L 和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×4個 ¥2300 (2530)



Like eggs

隠れた人気商品!!!!

オムバーグ ライス・スープ・ハートのケチャップ付き
Omelette Hamburgers 2 pieces ※ご飯一杯おかわり出来ます。

- M 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×2個 ¥1100 (1210)
- N 豚肉ハンバーグ [Pork] 80g×1個
和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×1個 ¥1400 (1540)
- O 和牛ハンバーグ [Wagyu] 80g×2個 ¥1680 (1848)

It's amazing

北アルプスあずみ野エコファームより!!!!

極極厚! 安曇野げんき豚のしょうが焼き
Pork ginger stir-fry ☆お肉250g。ライス・スープ付き

- P 豚肉のしょうが焼き ¥1800 (1980)

Healthy and sexy

新定番!!!! ボリューム満点

とろーりたまごのチャーシューエッグ!
Braised Pork & Egg ☆ライス・スープ付き
※ご飯一杯おかわり出来ます。

- Q チャーシューエッグ ¥1000 (1100)



~トッピング: TOPPINGS~

Wとろーりチーズ	Large cheese	¥500
とろーりチーズ	Cheese	¥250
アボカド	Avocado	¥200
目玉焼き	Fried egg	¥180
ベーコン	Fried Bacon	¥250
生卵	Raw egg	¥150
わたあめソース	Sukiyaki sauce	¥500

~追加: ADD~

サラダ	Half Salad	¥250
ごはん	Rice	¥200
スープ	Soup	¥100
ハンバーグ (PORK)	一個	¥330
ハンバーグ (BEEF)	一個	¥600
3種のソース	3 kind of sauces	¥150
※トッピング・追加は税込み価格 Topping & Add including tax		

※お一人様一品ご注文をお願いします。Please order one item per person.