

どこかの国の市場のスタンド
スプンフル

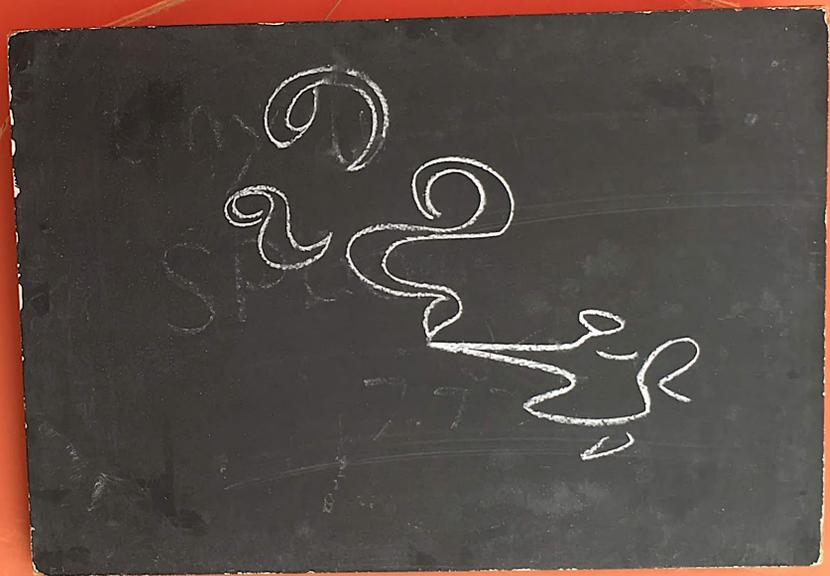
ひとさじの周りも

巡る

tiny little hideout SPOONFUL
eatery & take away

OPEN 11:30-18:30 / CLOSED 日と月曜日

東京都小金井市前原町5-8-3 丸田ストアー内





Deli plate of the day!!

スプンフルのデリ・プレート

季節のいろいろな野菜といろいろな国のお料理

5～6種類のお惣菜と雑穀ごはん



Kale & giled pumpkin
Gado-Gado Source

インドネシアのガドガドサラダ

ケール・かぼちゃ・ピーナッツ

きび砂糖・醤油・酢

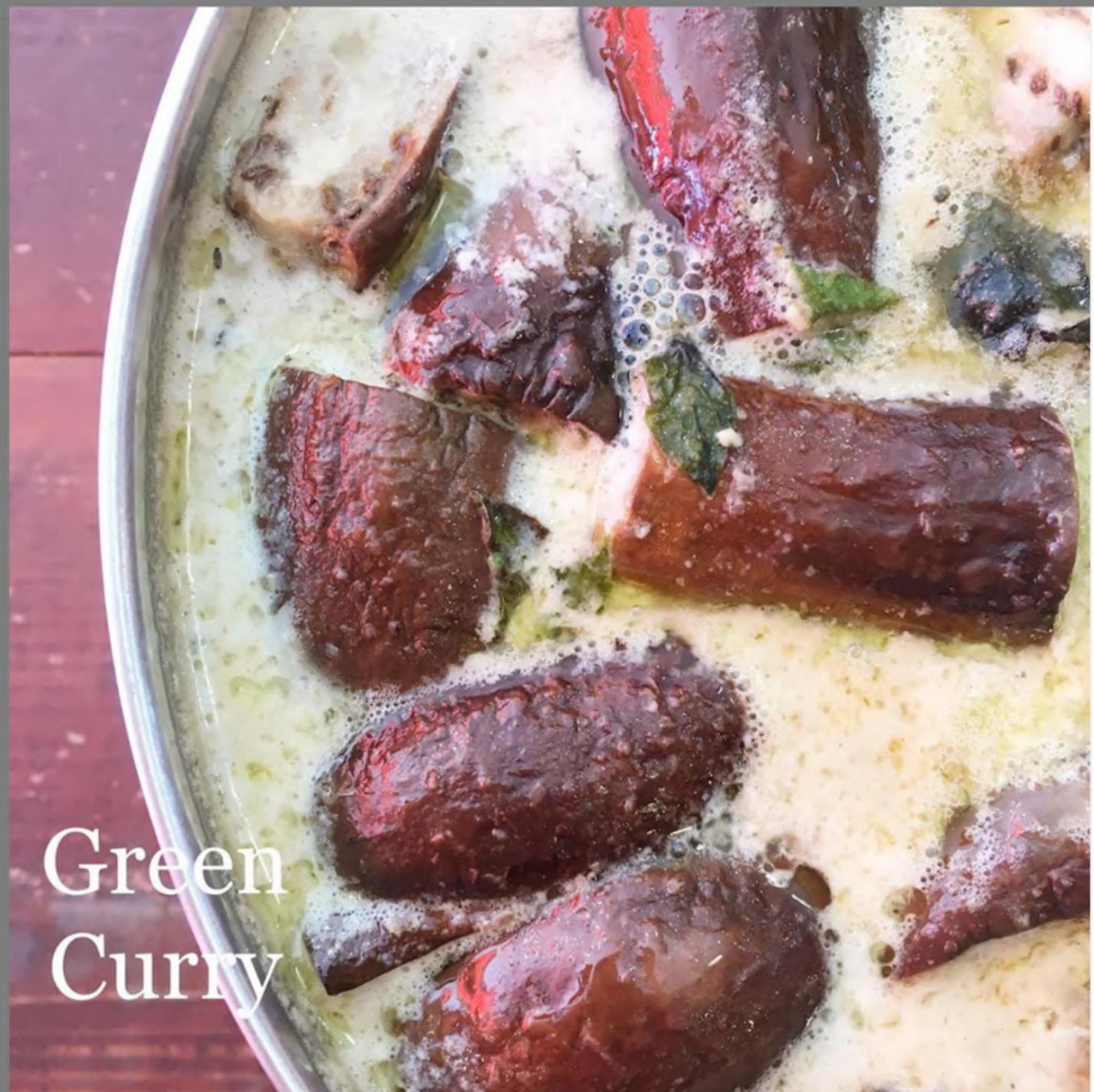


アイコと
フレッシュ
ハーブゲリル

フレッシュハーブゲリル

アイコ（プチトマト）

タイム・オレガノ・塩・オリーブオイル



Green Curry

タイのグリーンカレー

グリーンカレーペースト・ココナッツミルク・ナンプラー・ココナッツシュガー

チキン・ナス・バジル・パクチーの根っこ

ニラチヂミ



韓国のお好み焼き

国産小麦・卵・ニラ・水

ごま・ごま油・黒酢・醤油



ยำอุ่นเส้น
ยามウンเซน

タイの春雨サラダ

春雨・豚肉・干しエビ・インゲン・にんじん・セロリ・赤たまねぎ

きくらげ・ナンプラー・レモン汁・なたね油



メキシコのサラダ

キドニー豆・インゲン・きゅうり・トマト・赤玉ねぎ・パクチー

レモン汁・塩・オリーブオイル



タイの焼きそば

米麺・豚肉・桜エビ・パクチー・厚揚げ・ニラ・ピーナッツ

ナンプラー・シーゾニングソース・ココナッツシュガー

みんなで、自分たちで、つくる。



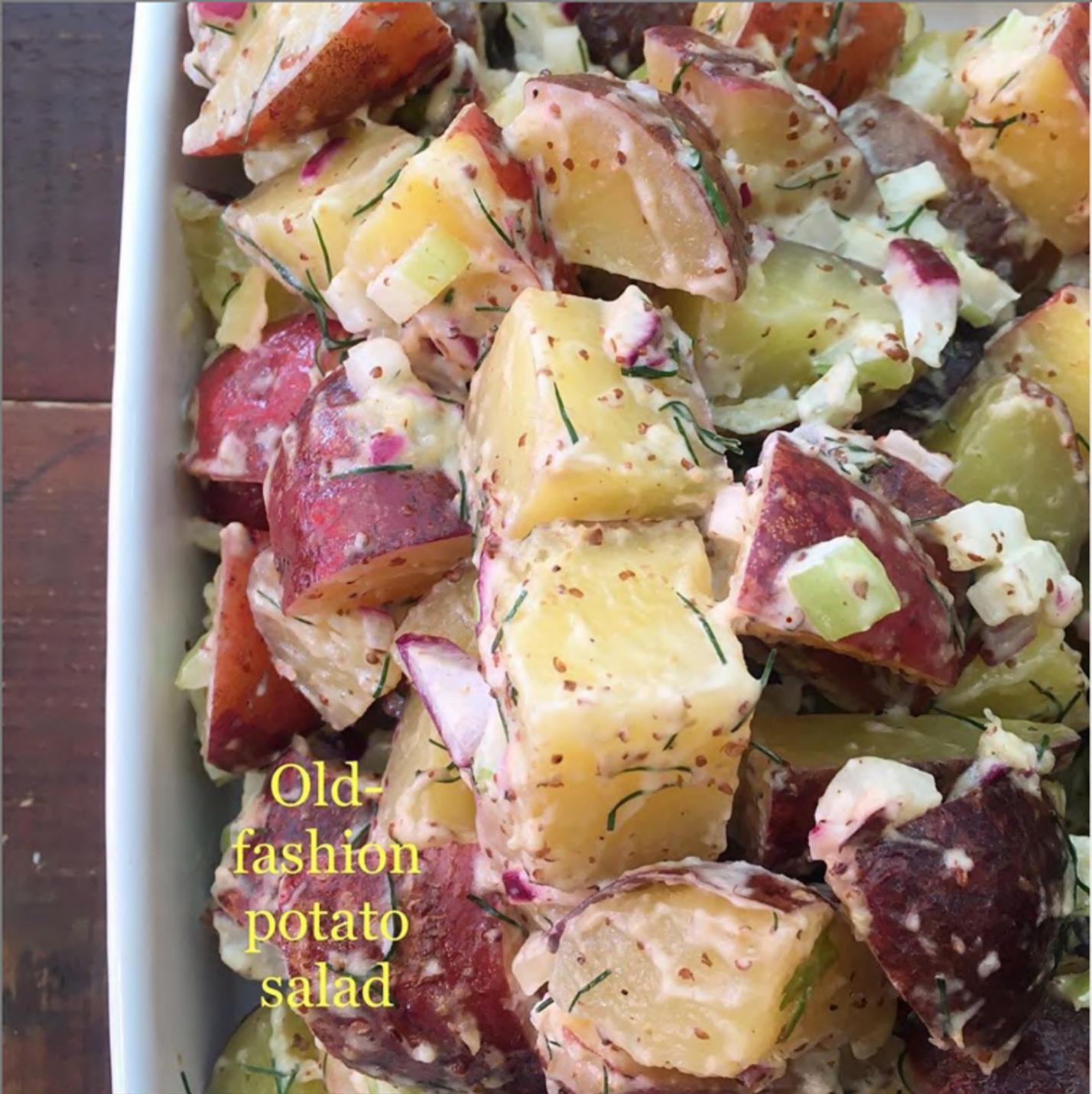
ガスパチヨ



スペインの夏野菜スープ

トマト・ピーマン・玉ねぎ・ニンニク

バケツト・オリーブオイル・塩



Old-
fashion
potato
salad

アメリカの昔風ポテトサラダ

デストロイヤー（じゃがいも）・赤玉ねぎ・セロリ

ディル・マヨネーズ・牛乳・塩



ヴィトナムのサラダ

セロリ・にんじん・赤玉ねぎ

ヌクナム・五香粉・なたね油

トルコ風
チキンと
ヒヨコ豆の
トマト煮込み



トルコの煮込み

チキン・ひよこ豆・トマト・玉ねぎ

バター・塩



中国の豆腐干絲（カンスー）

豆腐干絲・きゅうり・ピーマン・にんじん

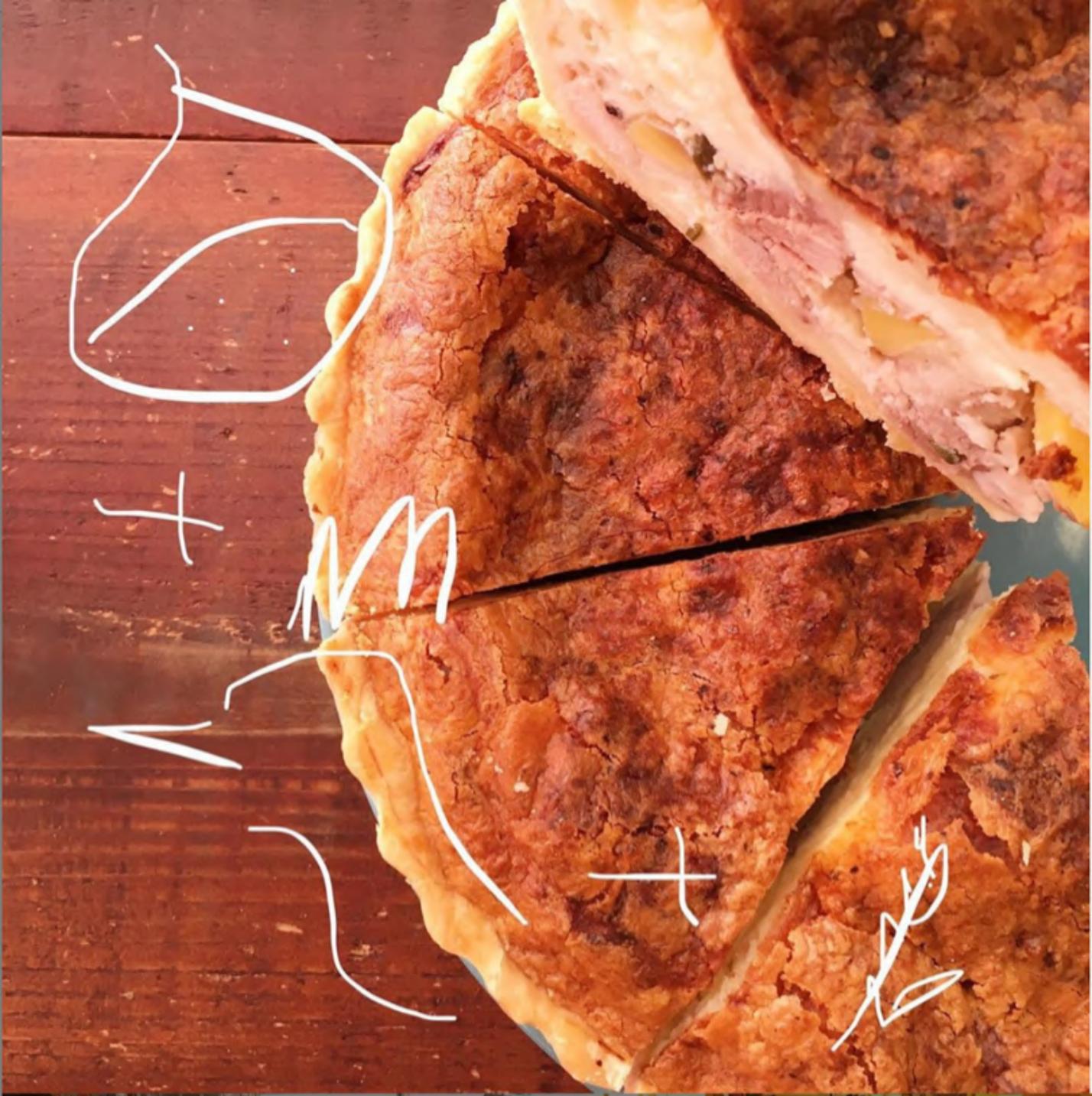
醤油・黒酢・ごま油・ごま



フランスのタブレ

クスクス・ツナ・カラーピーマン・水菜・赤玉ねぎ・パセリ

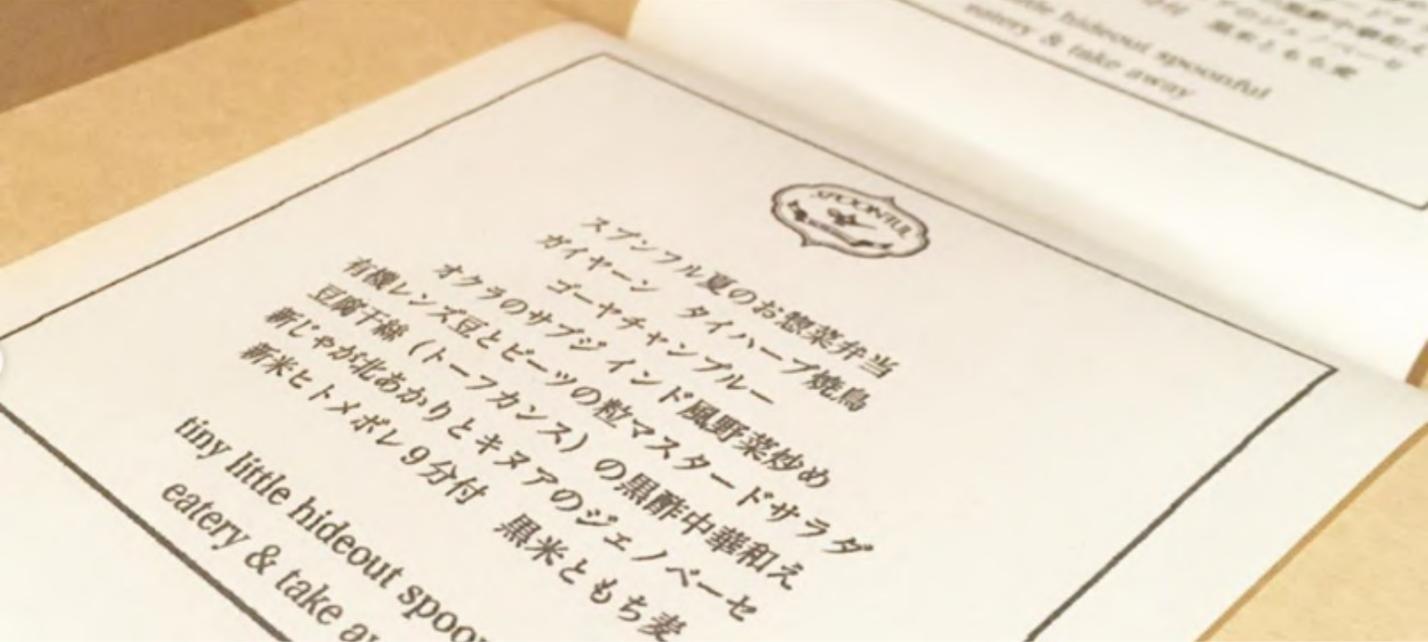
オリーブオイル・塩・レモン汁・クミンパウダー



栗とチキンのキッシュ

栗・チキン・ローズマリー・小麦粉・なたね油・バター

卵・牛乳・生クリーム・チーズ・塩



お弁当、できます

世界の市場、探訪。









FIG MUFFIN

いちじくのマフィン

いちじく・小麦粉・きび砂糖・ベーキングパウダー

バター・卵・牛乳



Organic
Cocoa &
Whitechocolate

ココアとホワイトチョコレートのマフィン

ココア・ホワイトチョコ・小麦粉・きび砂糖・ベーキングパウダー

バター・卵・牛乳



harvest
MUFFIN

収穫のマフィン

りんご・クランベリー・ピーカンナッツ・シナモン・オートミール

小麦粉・きび砂糖・ベーキングパウダー・バター・卵・牛乳



White chocolate & cranberry

ホワイトチョコとクランベリーのチャンキークッキー

ホワイトチョコ・クランベリー・小麦粉・ビーツパウダー

きび砂糖・ベーキングパウダー・バター・塩



Coconuts cookie

ココナッツのチャンキークッキー

ココナッツシュレッド・小麦粉

きび砂糖・黒糖・・ベーキングパウダー・バター・塩



ベークドチーズケーキ

クリームチーズ・生クリーム・きび砂糖

グラハムクラッカー・小麦粉・バター・塩・卵

いつもの日のため、特別な日のため。
お包みします。



CHUNKY COOKIES

- *キャラメルチョコレートと
ピーカンナッツ
 - *ホワイトチョコレートと
クランベリー
 - *スイートチョコレート
 - *オートミールとレイズン
 - *抹茶とビターチョコレート
 - *ココナッツ
- tiny little hideout
SPOONFUL



CHUNKY COOKIES

- *キャラメルチョコレートと
ピーカンナッツ
 - *ホワイトチョコレートと
クランベリー
 - *スイートチョコレート
 - *オートミールとレイズン
 - *抹茶とビターチョコレート
 - *ココナッツ
- tiny little hideout
SPOONFUL



CHUNKY COOKIES

- *キャラメルチョコレートと
ピーカンナッツ
 - *ホワイトチョコレートと
クランベリー
 - *スイートチョコレート
 - *オートミールとレイズン
 - *抹茶とビターチョコレート
 - *ココナッツ
- tiny little hideout
SPOONFUL



CHUNKY COOKIES

- *キャラメルチョコレートと
ピーカンナッツ
 - *ホワイトチョコレートと
クランベリー
 - *スイートチョコレート
 - *オートミールとレイズン
 - *抹茶とビターチョコレート
 - *ココナッツ
- tiny little hideout
SPOONFUL



CHUNKY COOKIES

- *キャラメルチョコレートと
ピーカンナッツ
 - *ホワイトチョコレートと
クランベリー
 - *スイートチョコレート
 - *オートミールとレイズン
 - *抹茶とビターチョコレート
 - *ココナッツ
- tiny little hideout
SPOONFUL



CHUNKY COOKIES

- *キャラメルチョコレートと
ピーカンナッツ
 - *ホワイトチョコレートと
クランベリー
 - *スイートチョコレート
 - *オートミールとレイズン
 - *抹茶とビターチョコレート
 - *ココナッツ
- tiny little hideout
SPOONFUL



スパイスチャイ

A top-down view of a glass filled with a vibrant red liquid, likely shiso soda. The glass contains several large, clear ice cubes. The liquid is bubbly, with many small white bubbles visible throughout. The glass is set against a warm, reddish-brown wooden background. The text 'salty SHISO soda' is overlaid on the left side of the image.

salty
SHISO
soda

塩紫蘇炭酸

赤紫蘇・きび砂糖・梅酢・炭酸



ミントシロップのソーダ割

フレッシュミント・きび砂糖・炭酸



フレッシュフローズムージー

桃・ブルーベリー・りんごジュース



ビールもあります

40年ほど前から続く、お母さんたちが
立ち上げた「愛農普及会」



朝摘み新鮮野菜。ああ、幸せ。



地元の農家さんを
朝一番に巡る八百屋さん「パリタリー」



土から育ち、ひとさじに乗る。それをきちんと思える。





ブラックベリーミントのかき氷

ブラックベリーソース・フレッシュミントシロップ



梅カルダモンのかき氷

梅ソース・カルダモンスパイスミックスシロップ

杏
コ
コ
ナ
ツ
ツ
ミ
ル
ク



杏ココナッツのかき氷

杏ソース・ココナッツミルクシロップ



氷屋さんが運んでくれた氷、手回しかき氷機、
自家製ソースとシロップのアンサンブル

小さくて大きい軒先。





北川ベーカリー

毎週木曜日は「北パン」の日



カヌー犬ブックス

ご近所の古本屋さん

時々、軒先



緒方佑亮

ペインターによるグッズ販売



tiny little hideout

SPOONFUL

eatery & take away

OPEN

Wed. Thu. Fri. Sat.

11:30.-18:00



ランプからひろがる。心が踊る。



営業日 / 営業時間
火・水・木・金・土 / 11:30-18:30

東京都小金井市前原町 5-8-3
丸田ストアー内
JR武蔵小金井駅より府中行きバス
前原交番西下車 徒歩3分
spoonful@tinylittlehideout.com
www:tinylittlehideout.com
Instagram tlh_spoonful