

健康づくり推進店  
ヘルシー・シニア元気・野菜たっぷりメニュー

## そば・うどん



NO	店舗名	ヘルシー	シニア	野菜	所在地	電話番号
1	梅の家			◆	豊島1-8-9	03-3911-2231
2	満留賀			◆	東十条2-5-11	03-3911-3851
3	明石屋	◆		◆	赤羽2-43-7	03-3903-3669
4	赤羽屋			◆	赤羽台3-2-18	03-3900-4730
5	鳴子庵	◆		◆	赤羽台4-11-8	03-3907-0951
6	松月庵	◆		◆	浮間3-1-24	03-3965-7741
7	萬盛庵	◆		◆	上中里1-2-1	03-3910-5746

## 和食

NO	店舗名	ヘルシー	シニア	野菜	所在地	電話番号
1	東京田事	◆	◆	◆	上十条2-23-7	03-5993-3100
2	太助	◆			赤羽1-44-3	03-3901-7569
3	麹料理 花恵	◆		◆	志茂2-51-2	03-4285-5892
4	季節料理 しま田			◆	中里1-4-6	03-3823-7401

## 食堂

NO	店舗名	ヘルシー	シニア	野菜	所在地	電話番号
1	やまに	◆			王子2-23-1	03-3911-4950
2	北区みんなのさくらキッチン	◆		◆	王子本町1-15-22 北区役所第1庁舎B1	080-9371-6041
3	三忠食堂			◆	赤羽西1-37-1	03-3900-7455
4	赤羽定食屋 農のう			◆	志茂2-47-2	090-9964-1303

## レストラン

NO	店舗名	ヘルシー	シニア	野菜	所在地	電話番号
1	ヴェネツィア酒場 オンカラ			◆	王子1-2-1	03-5980-7272
2	BISTROT JUN			◆	王子1-2-4	03-5980-7210
3	赤いどうくつ	◆		◆	王子1-5-1 2F	03-3919-1161

NO	店舗名	ヘルシー	シニア	野菜	所在地	電話番号
4	Trattria MINORI			◆	王子1-22-7	03-6903-2418
5	フエ屋	◆		◆	豊島1-8-8	03-6761-3746
6	オステリア ターミア	◆		◆	豊島2-6-4	03-5390-5495
7	ALBERO王子神谷			◆	豊島8-6-3	03-6674-2259
8	レストラン パン		◆		東十条2-5-5	03-3913-4898
9	ル ウエスト	◆		◆	東十条3-11-4	03-3914-7551
10	長崎	◆	◆	◆	東十条3-12-1	03-4291-7242
11	BANCO	◆		◆	東十条4-5-8	03-3927-0025
12	牛味(うみ)			◆	岸町1-2-11	03-5948-9925
13	実乃里 de パル			◆	赤羽1-4-4 赤羽ホリックホテル1F	03-6903-8406
14	CARIB	◆	◆	◆	赤羽1-65-5	03-6454-4266
15	慶美(キヨンミ)	◆		◆	赤羽2-9-1 1F	03-6454-4149
16	ゴリノス	◆		◆	滝野川2-2-1	03-3949-3859
17	Tokyo Guesthouse Oji Music Lounge	◆		◆	滝野川2-4-17	03-6903-7256
18	レストラン けやき	◆	◆	◆	西ヶ原1-23-3 滝野川会館 B1	03-3915-2509
19	BLUEMAN	◆		◆	西ヶ原3-58-8	03-3915-1771
20	パセリ			◆	東田端1-10-17	03-5934-2210
21	Communication Club 醒夢人	◆		◆	田端2-7-26	090-2413-4426
22	マーサーズ・キッチン			◆	田端3-8-5	03-3821-1865

### カフェ・喫茶

NO	店舗名	ヘルシー	シニア	野菜	所在地	電話番号
1	MEIJIDO CAFÉ	◆	◆	◆	王子1-14-8	03-3919-1917
2	五感庵 gokan-an			◆	王子4-2-9	03-6903-0502
3	喫茶工ミー	◆	◆	◆	豊島3-7-21	080-3312-1327
4	萩原 旬和彩			◆	豊島3-17-11	03-3913-5482
5	喫茶 タンポポ	◆	◆		堀船2-12-10	03-5390-0290
6	carta	◆	◆	◆	王子本町1-20-7	080-4622-3243
7	街の小さなコミュニティカフェ KOMACHI	◆	◆		王子本町1-30-6	03-5924-1333
8	カフェ ウィンド			◆	(移動販売)王子駅周辺	090-5548-5869
9	いろむすび cafe	◆	◆	◆	中十条4-17-1 コトニア赤羽1F	080-4799-3171
10	Cafeふれあい 十条店	◆		◆	十条台1-2-2 障害者総合スポーツセンター内	070-1463-5020
11	パンとコーヒー よろづや	◆	◆		十条仲原1-3-9	03-5948-9046
12	しろいあお フードストア	◆	◆	◆	十条仲原1-11-1	03-6454-3896
13	梅の木 十条店			◆	上十条2-24-10 2F	03-3905-6078
14	エリーズカフェ	◆	◆	◆	赤羽2-24-1	03-6854-6051
15	Cafe 粉 寝	◆			赤羽西1-31-14	03-3907-5599
16	栄養士カフェ ヴェールヴェール	◆	◆	◆	赤羽西4-35-6	03-5993-8471
17	ViEAT by Fete le marche	◆		◆	赤羽台1-7-11 東洋大学 赤羽台キャンパス	—
18	Akabane Cafe にじいろのひつじ	◆	◆	◆	赤羽北2-13-9	03-6316-7589

NO	店舗名	ヘルシー	シニア	野菜	所在地	電話番号
19	カフェレストラン 長屋	◆	◆		桐ヶ丘 1-9-4-2	03-5948-4300
20	オキナワン・カフェ・コザ	◆		◆	滝野川 7-2-2	03-3916-5522
21	cocofulu café			◆	西ヶ原 1-27-34	03-5980-8410
22	カフェ フォルテ	◆	◆	◆	上中里 1-11-17	03-3949-2809
23	ヌーヴェル・テラス			◆	田端新町3-5-7	070-1315-3571
24	裏口の珈琲屋	◆		◆	田端 1-23-12	03-3827-6411

### 中華料理

NO	店舗名	ヘルシー	シニア	野菜	所在地	電話番号
1	中華料理 桃花園	◆	◆	◆	王子 1-10-9	03-5390-1770
2	竹林亭			◆	王子本町 2-26-5	03-3908-4571
3	中華料理 香香			◆	岸町1-1-7 3F	03-3909-6989
4	大吉飯店	◆		◆	上十条 2-7-12	03-3909-0463
5	China food & Beer 幸樂			◆	赤羽 1-51-3	03-3901-2093
6	豫園飯店	◆	◆	◆	滝野川 2-7-15	03-5394-9951
7	中国料理 華興	◆		◆	滝野川 6-9-11	03-3916-1252
8	中国四川料理 エルミタージュ香味	◆		◆	西ヶ原 1-53-16	03-3918-8655
9	中華 わらく	◆		◆	西ヶ原 4-31-7	080-6752-7311
10	中華 ふじもと			◆	上中里 1-1-5	03-3917-6331
11	台湾キッチン Kanoka			◆	中里1-4-4	03-5809-0513
12	中華小皿料理 隨一望			◆	昭和町1-3-7	03-5855-0065
13	中華麺 遊光房			◆	田端新町 1-30-2	03-3819-3963
14	東園			◆	田端新町 2-1-15	03-3800-0128
15	八福食堂	◆		◆	東田端 2-9-9	03-3894-7737
16	新三陽	◆		◆	田端 2-1-18	03-3823-0434

### 鉄板焼き

NO	店舗名	ヘルシー	シニア	野菜	所在地	電話番号
1	お好み焼き 浜作 東十条店	◆		◆	東十条 3-11-4	03-3913-5651
2	一期一會	◆	◆	◆	中十条 2-18-1	03-6874-8051
3	お好み焼き カーブ 十条店	◆	◆	◆	上十条 2-30-6 B1F	03-3900-1969
4	お好み焼き むさし			◆	田端 3-8-7	03-3827-2370

### カレー

NO	店舗名	ヘルシー	シニア	野菜	所在地	電話番号
1	カレーハウス じゃんご	◆		◆	王子 1-5-4	—
2	LION OF INDIA			◆	王子本町 1-1-10	03-3906-2227
3	カレー ユマ・ミーナ	◆		◆	十条仲原 1-10-8	03-3905-3753

居酒屋

NO	店舗名	△	△	△	所在地	電話番号
1	海里	◆	◆		赤羽 1-41-16	03-5249-1558
2	シーフードバル Azul			◆	赤羽 2-15-5	03-6903-8835
3	居酒屋 富乃寿			◆	赤羽北2-31-16	03-5948-8935
4	30	◆		◆	中里 1-4-4	03-5834-2391
5	伊豆の漁師バル おためし屋	◆			東田端 1-13-9	03-6807-7553

弁当・惣菜

NO	店舗名	△	△	△	所在地	電話番号
1	ヨークフーズ 王子店	◆	◆	◆	王子1-23-5	03-5390-2011
2	はぎわら青果店	◆		◆	豊島4-3-1	03-3913-5482
3	東豊(トーホー)			◆	豊島5-5-6	03-6908-4381
4	おふくろ亭	◆	◆	◆	東十条 1-21-10	03-3912-4682
5	ごちそう亭	◆		◆	王子本町1-16-7	03-5948-5204
6	sandwich&deli キリン			◆	中十条 2-5-7	03-3909-8786
7	Gourmandise Alvino			◆	上十条1-9-20	03-5948-5359
8	イトーヨーカドー 赤羽店	◆	◆	◆	赤羽西1-7-1	03-3905-5111
9	ライフ アクトピア北赤羽店	◆	◆	◆	赤羽北2-31-22	03-5993-3171
10	ライフ 北赤羽店	◆	◆	◆	浮間3-2-9	03-5392-5751
11	punto it			◆	浮間3-26-11	03-4400-9160
12	いろはや			◆	滝野川3-5-12	03-3918-9411
13	きょうわ弁当	◆	◆	◆	上中里3-18-8	03-3919-4147
14	つつじ屋 田端店	◆	◆	◆	田端 1-19-8	070-8597-9285
15	キッチンオリジン 王子2丁目店	◆	◆		王子 2-32-3	03-3919-1253
16	キッチンオリジン 東十条店	◆	◆		東十条 4-5-24	03-5902-3185
17	オリジン弁当 王子店	◆	◆		王子本町 1-13-2	03-5993-8981
18	キッチンオリジン 十条銀座店	◆	◆		十条仲原 1-2-6	03-6454-3688
19	キッチンオリジン 赤羽岩淵店	◆	◆		赤羽 1-31-8	03-3598-8356
20	キッチンオリジン 志茂店	◆	◆		志茂 3-21-7	03-3598-8436
21	キッチンオリジン 駒込店	◆	◆		中里 1-5-1	03-5832-4571