中野区観光協会

## 1 麦とろ　丸子亭

とろろ料理　☎ 03-3388-3067

**丸子定食　￥990**

自然薯を白味噌でのばした、優しい味のとろろが絶品。ひじき、煮物、けんちん汁もついてボリュームも満点

営：平日 11:30 ～ 15:00、17:00 ～ 21:00、土日祝 11:30 ～ 21:00(LO 各 30 分前)
休：火、第 3 水　＊ブロードウェイ2F

## 2 コーヒーショップ maro

喫茶店　☎ 03-3388-9519

**ドライカレー　￥580**

ドリンクセット（コーヒーか紅茶）は￥710。優しい味わいとカレーの辛さが絶妙。お店のメニューは全て手作り

営 :12:00 ～ 23:00
休：月

## 3 Rose Garden

喫茶店　☎ 03-3388-1260

**ハンバーグセット　￥830**

手作りハンバーグと目玉焼き、サラダ、ご飯、スープのセット。種類豊富なピラフも常連さんには人気のメニュー

営：9:00 ～ 23:00（ランチ 11:00 ～ 15:00）
休：日

## 4 わしや・ごはん処

定食　☎ 03-5345-5061　www.e-washiya.co.jp

**芽ぐみ米定食　￥800**

芽ぐみ米、ねばねば小鉢、豚汁におかず 3 種がつく。本業が惣菜屋だけあっておかずの味は保証付き！

営 :11:00 ～ 22:00、 祝 11:00 ～ 21:00(LO 各 30 分前）休：日
＊店内喫煙・禁煙席あり

## 5 めし処　のれん

鯖みそ　☎ 03-3319-3348

**鯖の味噌煮定食　￥850**

メニューは鯖の味噌煮のみ。骨まで食べられる鯖が自慢。味噌汁付き。売り切れ次第終了なのでお早めに

営 :11:30 ～ 16:00
休：毎月 1、15、30、31 日

## 6 キッチンことぶき

定食　☎ 03-3387-7771

**白身魚フライ定食　￥650**

揚げたてのフライがサクサクで美味。目玉焼きなどのサイドメニューも充実。味噌汁の具も多めなのがうれしい

営 :11:30 ～ 15:00、17:00 ～ 21:00
休：日
＊営業時間、休みは変更の場合も

## 7 高ばやし

和食　☎ 03-5942-5101

**日替わり定食　￥800**

和食のお店で、特に魚（刺身、焼き魚）がオススメ。写真はマグロ丼。店内も落ち着いていてゆったりランチができる

営 :11:30 ～ 13:30（LO）、17:00 ～ 23:00(LO30 分前）休：日

## 8 らんぐさむ

ビストロ　☎ 03-3388-2025

**ビーフシチュー　￥1050**

口の中でホロリと崩れる牛肉が入った贅沢な品。食前ドリンク、サラダ、スープ、ライスかパン、アイス、食後ドリンク付き

営 :11:30 ～ 14:30、17:00 ～ 23:30、日祝 12:00 ～ 15:00、17:00 ～ 22:30
休：月　＊ランチ禁煙、ディナー喫煙

## 9 地鶏屋炭火焼　旬　SHUN

地鶏　☎ 03-3387-7100　r.gnavi.co.jp/a092200/

**薩摩しゃも親子丼定食￥750**

炭火で焼いた薩摩のブランド鶏とトロトロの半熟卵が絶品！化学調味料を使用しない、秘伝のタレが美味しさの秘密

営 :11:00 ～ 14:00、17:00 ～ 23:00
休：ランチのみ無休
＊ランチ禁煙、夜は店内分煙

## 10 梅家

和食・甘味　☎ 03-3387-2390

**おにぎりご飯　￥650**

三種類の具のおにぎりと味噌汁、煮付けがついた素朴でヘルシーな定食。あんみつやおしるこなど甘味にも定評あり

営 :9:30 ～ 20:00（店内 LO19:00）
休：なし

## 11 焼肉　とらじ

焼肉　☎ 03-3388-9538　www.torazi.com

**カルビランチ定食￥670**

カルビにキムチ、ナムル、サラダ、ライス、スープが付いたお得なランチセット。限定数のタン醤油漬け定食もオススメ

営 :11:30 ～翌 4:00(LO 翌 3:30、ランチ 11:30 ～ 15:00）日 祝 12:00 ～ 翌 3:00(LO 翌 2:40）休：なし　＊姉妹店の和牛焼肉だるまもよろしく！

## 12 天太

天ぷら　☎ 03-5318-6868

**天太定食　￥880**

エビ、イカ、きす、野菜 3 種、ご飯、汁物。天ぷらは食べる速度に合わせて揚げたてをだしてくれるのでサクサク！

営 :12:00 ～ 14:30、18:30 ～ 22:30
休：なし
＊ランチ禁煙、夜喫煙可

ホントは教えたくない
中野の美味しいお店
厳選
24店

LUNCH

# 中野 路地裏 MAP

NOMIYA

中野区観光協会

中野区観光協会が地元目線で選んだ、人気の定食ランチと
一見入りづらいけど味はおスミ付きの飲み屋を紹介します！

# NOMIYA

中野の北口路地裏は居酒屋＆バーの密集地帯！一見、入りづらいお店が実は一番旨い !? ディープな魅力に挑戦しよう！

## 13 円らく 中野荘

和食　☎ 03-3228-8989

**これがお店！？**
古民家を改装した外観は一見お店にみえない。予約した客すら通り過ぎるほどかも！？

営 :11:30 ～ 13:00、17:30 ～ 24:00、土日 17:00 ～ 24:00
休：なし

取材メモ＊備長炭の炭火焼と店長おすすめの日本酒がマッチ！珍しい銘柄の日本酒もあるので、お気に入りのお酒と出会える可能性大！

◆これは食べたい！名物メニュー

円らく風肉じゃが
・・・