

1

麦とろ 丸子亭

山薬料理 ☎ 03-3388-3067



丸子定食 ¥990
山薬泥と白味噌爽口の味道堪稱絕品。附上小菜、豆腐蔬菜湯與滷菜，份量十足！
營：平日 11:30~15:00 17:00~21:00
週六、日、例假日：11:30~21:00
(最後點餐時間為關店前 30 分)
休：週二、每月第三個週三

2

コーヒーショップ maro

咖啡簡餐 ☎ 03-3388-9519



咖哩肉醬飯 ¥580
套餐(咖啡 or 紅茶擇一) 日幣 710 元。
香料與辣味的調和堪稱一絕；
全店菜色皆為手工調理。
營：平日 12:00~23:00
休：週一

3

Rose Garden

咖啡簡餐 ☎ 03-3388-1260



漢堡排套餐 ¥830
套餐包含特製漢堡排、煎蛋、沙拉與湯。
種類繁多的土耳其風手抓飯也是常客的最愛喔！
營：9:00~23:00 (午餐:11:00~15:00)
休：週日

4

わしや・ごはん処 (WASHIYA・小飯館)

定食 ☎ 03-5345-5061 www.e-washiya.co.jp



胚芽米定食 ¥800
胚芽米、山薬泥、豬肉味噌湯、與三種小菜的組合。
小菜專門店出身才有的好味道。
營：11:00~22:00、例假日：11:00~21:00
(最後點餐時間皆為關店前 30 分)
休：週日 *店內設有吸菸與非吸菸客席

5

食堂 NOREN

鯖魚味噌 ☎ 03-3319-3348



味噌滷鯖魚定食 ¥850
連魚骨都燉到可下肚的招牌味噌鯖魚，
賣完就下次請早！
營：11:30~16:00、例假日：11:00~21:00
(最後點餐時間皆為關店前 30 分)
休：每月 1、15、30、31

6

Kitchen 寿

定食 ☎ 03-3387-7771



炸魚排定食 ¥650
酥脆的炸魚排搭配上煎蛋與沙拉等附餐
更顯豐富，連味噌湯也料多實在喔！
營：11:30~15:00、17:00~21:00
休：週日
*營業與休息時間有可能變更



LUNCH

只要到中野必吃的午餐
就不得不提滿足當地人胃口的「定食」
讓我們一起尋訪隱身小巷中的「定食」吧！

7

高林

日本料理 ☎ 03-5942-5101



每日套餐 ¥800
特別推薦本店的生魚片與烤鱼。照片中
為鮭魚并飯。店內沉靜之氣氛，讓人可
輕鬆享受午餐時光。
營：11:30~13:30、17:00~23:00
(最後點餐時間為關店前 30 分)
休：週日

8

らんぐさむ

居酒屋 ☎ 03-3388-2025



燉牛肉套餐 ¥1050
燉到入口即化的牛肉堪稱一絕。套餐包含：
餐前酒、沙拉、湯、飯或麵包二擇一、
冰淇淋及飲料。
營：11:30~14:30、17:00~23:30
週日・例假日 11:30~14:30、17:00~23:30
休：週一 *午餐禁菸、晚餐吸菸可

9

地雞屋炭火焼 旬 SHUN

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



薩摩親子丼定食 ¥750
炭烤的薩摩土雞拌上滑嫩的半熟蛋帶來的
最佳組合。堅持不使用化學調味料，
以特製醬汁引出美味。
營：11:00~14:00、17:00~23:00
週日・例假日 11:30~14:30、17:00~23:30

10

梅家

日本料理 & 甜點 ☎ 03-3387-2390



三種飯團組合定食 ¥650
三種口味的飯團加上味噌湯與滷菜的健
康套餐。紅豆湯等甜點也大受好評。
營：9:30~20:00
(最後點餐時間為 19:00)
休：全年無休

11

焼肉 とらじ Toraji

焼肉 ☎ 03-3388-9538 www.torazi.com



牛五花午間套餐 ¥670
套餐包含牛五花、韓式泡菜、沙拉、湯
與飯，很划算的午間套餐。同時推薦
數量限定的醬油漬牛舌套餐。
營：平日 11:30~凌晨 4:00 (午餐時間：
11:30~15:00) 週日與例假日：12:00~凌晨 3:00
(最後點餐時間為凌晨 2:40) 休：全年無休
*同時推薦姊妹店 和牛燒肉だるま (Daruma)

12

天太

炸天婦羅 ☎ 03-5318-6868



天太定食 ¥880
定食含：鮮蝦、花枝、鯖魚、三種蔬菜、
飯與味噌湯。店長會配合客人吃的速度
上菜，現炸的天婦羅保證酥脆！
營：12:00~14:30、18:30~22:30
休：全年無休
*午餐禁菸、晚餐吸菸可

中野
路地裏
MAP

中野区観光協会

中野の美味しいお店
厳選24店

ホントは教えたくない
中野の美味しいお店

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！

17 川二郎

烤鰻魚 ☎ 03-3389-4192



前輩們常光顧之店？
中野自豪之鰻魚名店。下午五點半開店時總是大排長龍，擁有許多老顧客之人氣店！

營：17:30~22:00
休：週日

鰻魚串套餐
..... ¥1100

一個套餐包含五支鰻魚串，賣完為止。



18 魚屋 よ蔵

站著喝的酒吧（店內無座席） ☎ 03-3319-8642



入口處放著大冰箱！
京為海鮮店的這間酒吧，對於店內提供的魚料理信心十足。客人可自己從冰箱拿出下酒菜的經營方式也是其特色。

營：17:00~23:00
休：週三

各種刺身
..... ¥280

客人可從冰箱裡選擇當季的魚所製成之生魚片與下酒菜。可詢問老闆當季的推薦料理。



NOMIYA

中野站北口的小巷道是居酒屋與酒吧的密集地帶！外觀不起眼的小店，才找得到口耳相傳的美味！讓我們走進巷道，一探其魅力吧！

13 円らく 中野莊

日本料理 ☎ 03-3228-8989



這裡真的是餐廳嗎！？
這間由古民宅翻修而成的餐廳，從外觀很難看出是間店，聽說連預約的客人們都常找不到！？

營：11:30~13:00、17:30~24:00
週六、日 17:00~24:00
休：全年無休

取材筆記：用備長炭燒烤出的食材與老闆準備的日本酒是最佳拍檔！在此可找到珍稀的日本酒，很有機會發現自己喜歡的酒類。

◆就想吃這道菜！必點菜單

円らく風馬鈴薯燉肉
..... ¥750

軟嫩的滷肉配上先蒸後炸的馬鈴薯，顛覆您對家常菜的理想！同時推薦使用十勝牧場產地直送的牛肉料理而成的山藥牛肉定食（¥980）。



14 宮川

串燒烤雞 ☎ 03-3385-1268



品嚐正宗的日本串燒烤雞
只要是串燒烤雞的愛好者，無人不知這間位於中野北口三番街的名店！

營：17:30~23:00
休：週三、週日、例假日、
每月第二與第四個星期六

取材筆記：廚師細心地用剪刀把烤焦的部分剪去，用嚴選的新鮮食材滿足您的胃。

◆就想吃這道菜！必點菜單

炭燒雞肉丸
..... ¥170(1本)

用每日清早進貨的新鮮雞肉製成丸子，吃了還想再吃的一品！其他不同種類之串燒其美味自然也不在話下！



19 魚せん

居酒屋 ☎ 03-5380-2245



隱藏在巷內狀似民宅之小店
走進ふれあいロード後，昏暗的小巷中一家看似民宅的小店經營中。別懷疑，就像打開朋友家般推開大門吧！

營：18:00~24:00
週六日、例假日：17:00~24:00
休：週一

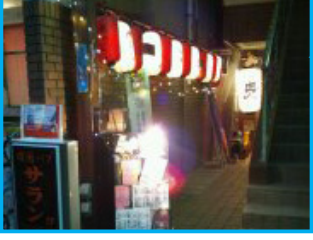
豪華生魚片套餐（とれたて盛り）
..... ¥1580

客人必點料理！份量也掛保證絕對讓您滿足。



21 馬肉食堂さくら (Sakura)

馬肉専門店 ☎ 080-2264-0818



新鮮美味的馬肉全餐！
店址位於閑靜的住宅區一角，入口在很隱藏的巷道中，可別錯過了。

營：18:00~24:00
週六、例假日：17:00~24:00
休：週日

滷豆腐
..... ¥400

豆腐、馬肉、馬筋等各部位煮到軟嫩入味的一款。肉串（¥150）也能品嚐到馬肉之美味。內有 Keroro 軍曹的作者親手繪圖推薦！



20 坊主バー

酒吧 ☎ 03-3385-5530



在看起來像廢墟的大樓裡營業中。
店址位於外觀看起來像廢墟的大樓二樓，進店後僧侶老闆會出來迎接您。

營：19:00~02:30(最後點餐)
休：週日與例假日、不定休(建議事先打電話確認)* 隔天若為例假日則照常營業

空即是色
..... ¥1400

備有各式自創調酒。與僧侶老闆的對話就是最佳下酒菜~



22 BAR ストロベリーフィールズ

酒吧 ☎ 03-3388-1523



成熟優
過了ふれあいロード上的超級市場ライフ(LIFE)，左手邊醒目的鐵門就是所在。店內陳列數百種酒。

營：19:00~ 隔日 05:00
休：全年無休

各式調酒
..... ¥500 ~

推薦調酒：中野モヒート (Mojito) ¥1200. 最近人氣上升之飲品，特別製成中央線特有的橙色



15 ブリック (SUNTORY PUB Brick)

酒吧 ☎ 03-3388-1263



充滿懷舊氣氛之外牆
昭和復古風的外觀，一樓與二樓都各自有吧檯座與客席。推薦第一次來店的您選擇吧檯享受本店服務。

營：17:00~24:00(最後點餐時間 23:30)
休：週日、例假日

トリスハイ (威士忌調酒)
..... ¥200

招牌威士忌調酒只要¥200之驚人低價！除此之外，您也能要求店家作出菜單外之調酒。



16 泪橋

居酒屋 ☎ 03-6383-2900



看不見店內樣子的居酒屋，位於昭和商店街上的宮崎土雞專賣店。雖然從外面看不見店裡的樣子，進去後就會發現是間溫馨的小店喔！

營：17:00~23:00
休：週日、例假日

南蠻風糖醋雞
..... ¥580

發源於九州宮崎縣的料理，酥炸的雞塊酌以南蠻醋與塔塔醬就是最佳組合。



23 魚味

居酒屋 ☎ 03-3388-5535



請進！大樓裡邊的入口
外觀充滿昭和時代的氣氛，進門後女老闆會親自迎接您

營：13:00~23:00(週日~22:30)
* 開店時間不定
休：不定休

沙丁魚生魚片
..... ¥650

本店提供各式當季生魚片，不妨跟老闆問一下當季推薦菜單。野菜煮（¥500）溫和的滋味是本店引以為傲之一品。



24 京まる by ぶんぶく

居酒屋 ☎ 03-3387-0420



就是找不著！！
店址號稱是全中野最難找的一家店... 試著找找看吧！！

營：18:00~02:00
休：週日、例假日

咖哩
..... ¥580

融入咖哩中的肉汁是美味要素，擁有廣大支持者。另推薦靜岡關東煮（静岡おでん）。

