

手打ちそば・うどん 徳一



●冷やしみぞれそば・うどん
各 ¥1,350
～大根おろしとねぎ、カイワレの他に、野菜の天
ぷらが3品ついた、野菜たっぷりメニューです～

●野菜の天ぷら(8～9種)
盛り合わせ ¥1,150

【営業時間】 昼 11:30～14:30(LO 14:15)
夜(土、日、祝日のみ)
17:00～20:00(LO 19:45)
【定休日】 月曜日(月曜日が祝日の場合は翌日)
【住 所】 東千石1-5-17
☎0242-28-5681



・お客様の希望の塩分や麺の量、固さなどに調整できます。
・天ぷらは、海老アレルギーの方は野菜に変更いたします。

カフェ&デリ マルク

※テイクアウトのみ



●カレーなる野菜たち ¥880

～1袋あたり224kcal、食塩相当量2.6g!さらに野菜が140g
も入った、マルク人気のチキンカレーが、そのままレトルトに
なりました!賞味期限が長いので、保存食や備蓄食としてもご
活用ください～



【営業時間】 11:00～16:00
【定休日】 日曜日、年末年始
【住 所】 一箕町亀賀川西39-4
☎0242-36-7710

「カレーなる野菜たち」はただ今、会津若松市のふるさと納税返礼品に出品中です。
ごはんにかければ栄養バランスもそろそろ健康的な1品です。美味しく健康に!
マルクは皆さまの健康を心から応援しています。

野菜レストラン ポタジエ



●季節野菜のスパゲティ ¥1,430

●香味野菜と
シーフードマリネ ¥1,430

【営業時間】
ランチ 11:00～15:00(LO 14:30)
ディナー 17:30～21:00(LO 20:00)
【定休日】 日曜日のディナータイム、月曜日
【住 所】 一箕町八幡牛ケ基14-1
☎0242-93-8404



化学調味料など無添加で、できるだけ多くの地
元野菜を使用した料理を提供しております。

「自分に必要な食事の量が知りたい」「健診結果が届いて食事の改善がしたい」
などの食に関するご相談は、健康増進課までお問い合わせください。

お問い合わせ 会津若松市 健康増進課 ☎0242-39-1245



——掲載のメニューや価格は、変動する場合がございます。ご了承ください。——

——「健康のおもてなし店」は随時募集しております。ご希望の店舗様は健康増進課までお問い合わせください。——

令和7年度 会津若松市

「健康のおもてなし店」を紹介します

会津若松市食育推進キャラクター「こぼりん」



本市の健康課題のひとつである『肥満と高血圧症の予防・解消』のためには、毎日の食事を気
をつけることが重要です。

そこで、外食や中食でも自分に適した食事を提供していただける令和7年度の「健康のおもて
なし店」として承認された10店舗を紹介します。

子どもから大人まで、誰もが健康でいきいきと暮らせる会津若松市を目指します!

「健康のおもてなし店」とは…

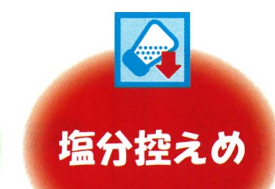
本市に所在する営業許可申請済施設店舗で、食品衛生法に基づく許可を受けた事業者であること。
また、次の①～③の健康に資する食サービスのうち、1つ以上を提供している店舗のこと。

- ①野菜たっぷりメニュー … 野菜・きのこ・海藻類が100g以上含まれる料理
- ②塩分控えめメニュー …… 食塩相当量が3g未満の料理
- ③バランスメニュー …………… 1食600kcal程度、かつ主食と野菜を含む
一汁二～三菜以上の定食や弁当等



誰もが自然に健康になれる食環境づくり

～『健康のおもてなし店』の取組～



テイクアウト可



選べると、大人も
子どもも嬉しい!



自分たちが健康のために行う取組

食事は腹八分目で!!

★体は口に入れたもので作ら
れています。
食べすぎは万病のもと。
食事は野菜類から食べ始め
ましょう!

減塩は必須!!

★減塩は、高血圧の解消だけ
でなく、肥満の改善や血管
の修復にも効果的!
今よりも毎食、塩を1つま
み分ずつ減らしましょう!

毎日にかけて記録を!! (体重・血圧管理)

★「朝イチ」がおすすめ!(ト
イレの後、食事・服薬の前)
★記録をして、生活の振り返
りに活用しましょう!

パーラージロー

- チキンクリーム
シチュー ￥980
(野菜サラダ、コーヒー付)
※トーストまたはライスを選択



- ハンバーグセット ￥880
(野菜サラダ、ライス、みそ汁付)



- ミックス焼サンドイッチ
(卵・野菜) ￥500

営業時間 平日 8:00～20:00
土日祝 8:00～18:00
定休日 12月31日～1月3日
住 所 栄町2-12
☎ 0242-25-2002

値上げの可能性あり
(お問い合わせください)

Bistro コロンボ



- 旬野菜のサラダ ￥880

季節に合わせて、その時の旬の野菜を色々使った
サラダを提供いたします。

営業時間 17:30～22:00(LO 21:30)
定休日 月曜日
住 所 東栄町6-14
☎ 0242-77-6537

キッチン モモ



※テイクアウトのみ

- 日替わり弁当
￥600
●おかずのみ
￥500

- ・栄養バランスを考えた体に優しい
お弁当です。
- ・ご飯の大盛り無料です。
- ・お米の産地：会津美里町産

営業時間 8:00～16:45
定休日 日曜日、祝日、年末年始
住 所 飯寺南一丁目4-40 ☎ 0120-97-8185

株式会社 山際食彩工房



※テイクアウトのみ

- 日替わり弁当 ￥1,296～ ※内容や価格はお問い合わせください。
～和食そうざいを中心に様々な味を少しずつ味わえるお弁当です～

- ・お弁当は前日の午前中までの予約制
- ・福島県産の食材を中心に、手作りの味をお楽しみいただけます。
(お弁当・オードブルのテイクアウトのみ)

営業時間 9:00～17:00
定休日 土曜日、日曜日、祝日
住 所 大塚2丁目5-10
☎ 0242-85-7703

豆ふ屋 cafe shun



- とうふハンバーグ
セット
●おからコロッケ
セット
●とうふステーキ
セット
●ソースカツセット
各 ￥1,200

※とうふステーキセットはテイクアウト不可

- とうふハンバーグ ￥850
●おからコロッケ(1個) ￥120

豆腐、油揚げ、おから、豆乳をふんだんに使用した
食事とデザート以外にも、旬の野菜を使った身体に
やさしく、ヘルシーな料理を提供しています。



営業時間 10:30～17:30
定休日 月曜日、第一・第三日曜日
住 所 追手町3-27 ☎ 0242-27-1024

會・マチエール matiere

※テイクアウトのみ



- 会津トマトと会津地鶏の
赤ワイン煮ミートピザ ￥360

～会津トマトと赤ワインで煮込んだ会津地鶏・会津伝統野菜の
立川ごぼうのしょうゆ麺と南瓜・手作り乾燥たまねぎ・人参や
味噌・きな粉を加えて煮詰めた濃縮ソースに、金山赤かぼちゃ・
菊芋・手作りセミドライトマトを乗せた、食塩不使用で栄養満点
の、地産地消ピザです！～

上級食育アドバイザーの
店主が会津の食材を使い、
子どもたちにも喜ばれる、
地産地消のユニークなパン
を提案します。

営業時間 10:00～16:00
定休日 木曜日、年末年始、
不定休のためホームページ参照
住 所 飯寺北二丁目3-80
☎ 0242-23-8713

ベーカリー&カフェ コパン



- 野菜たっぷりキーマカレーセット
(キーマカレー、サラダ、スープ) ￥1,200

- サラダ ￥350

- ・サラダ・スープは
日替わりです。
- ・お米は、自家栽培
のコシヒカリ

営業時間 10:00～17:00
定休日 日曜日
住 所 一箕町亀賀北柳原52 ☎ 0242-93-7566