

店名	ヘルスランチあららぎ		登録番号	1
住所	佐賀市本庄町大字袋字四本杉22-25	電話番号	0952-23-3298	
営業時間	9:00～17:30	店休日	土曜日・日曜日	
席数	宅配専用	駐車場	—	
メニュー	日替わり弁当			
メニュー詳細	エネルギー【 646 】kcal 野菜【 185 】g 食塩【 2.6 】g			
一言コメント	 【お店から】 「おいしく、楽しく、健康に!!」食が皆様の健康につながるものでありたいと考えて取り組んでいます。			

店名	有限会社 後楽園本店		登録番号	2
住所	多久市多久町1559-4	電話番号	0952-74-3221	
営業時間	11:00～22:00 (L.O.21:30)	店休日	水曜日・不定休	
席数	38席 (子ども用いす (有)・無)	駐車場	20台	
メニュー	野菜増しちゃんぽん			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 593 】g 食塩【 】g			
一言コメント	 【お店から】 これ一杯で野菜たっぷり!! 焼飯や餃子も野菜を多く使っており、ラーメンとの組み合わせで栄養バッチリです。			

店名	CAFÉ RÉTRO		登録番号	3
住所	佐賀市神野東4-7-21-103	電話番号	090-1928-8773	
営業時間	11:00～15:00	店休日	日曜日	
席数	18席 (子ども用いす 有・無)	駐車場	10台	
メニュー	①キーマカレー			

店名	食事処かささぎ		登録番号	4
住所	佐賀市栄町1番1号	電話番号	0952-29-4728	
営業時間	11:00～14:00	店休日	土曜日・日曜日・祝日	
席数	120席 (子ども用いす (有)・無)	駐車場	佐賀市役所駐車場	
メニュー	①シシリアンライス (スモール) ②シシリアンライス (レギュラー)			
メニュー詳細	① エネルギー【 535 】kcal 野菜【 174 】g 食塩【 2.3 】g ② エネルギー【 】kcal 野菜【 248 】g 食塩【 2.9 】g			
一言コメント	 【お店から】 数種類の野菜をふんだんに使用したシシリアンライス。他にも日替わり定食をはじめたくさんメニューがあります。			

店名	鮎・椿油天ぷら八木		登録番号	5
住所	佐賀市白山2丁目3-14	電話番号	0952-23-0541	
営業時間	昼 11:30～14:00 (L.O.13:30) 夜 17:30～22:00 (L.O.21:00)	店休日	夜 日曜日・祝日 (昼 土曜日・日曜日・祝日)	
席数	20席 (子ども用いす 有・無)	駐車場	—	
メニュー	天ぷら定食			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 175 】g 食塩【 】g			
一言コメント	 【お店から】 野菜をふんだんに使った天ぷらは、精製度が高い椿油で揚げています。主食・主菜・副菜を揃えた食事を提供しています。			

店名	北方井手ちゃんぽん (兵庫店)		登録番号	6
住所	佐賀市兵庫町大字藤木1281-25	電話番号	0952-32-4510	
営業時間	11:00～21:00 (L.O.20:30)	店休日	月曜日 ※祝・祭日の場合は翌日	
席数	103席 (子ども用いす (有)・無)	駐車場	30台	
メニュー	ちゃんぽん			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 420 】g 食塩【 】g			
一言コメント	 【お店から】 市街地中心で近くに大型ショッピングセンターもあり、皆さまが立ち寄りやすく、お子さんから年配の方まで来店され野菜豊富なちゃんぽんを完食されます。			

店名	北方井手ちゃんぽん（大和店）		登録番号	7
住所	佐賀市大和町大字尼寺3650-1	電話番号	0952-62-8181	
営業時間	11:00～21:00（L.O.20:30）	店休日	月曜日 ※祝・祭日の場合は翌日	
席数	105席（子ども用いす ☒ ・ 無）	駐車場	62台	
メニュー	ちゃんぽん			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 420 】g 食塩【 】g			
一言コメント			【お店から】 高速インターが近くにあり、駐車場も広く店内も明るく活気ある店です。毎日遠方からのお客様が来店され大盛ちゃんぽんに感動されています。	

店名	北方井手ちゃんぽん（諸富店）		登録番号	8
住所	佐賀市諸富町大字山領322-1	電話番号	0952-47-2505	
営業時間	11:00～21:00（L.O.20:30）	店休日	月曜日 ※祝・祭日の場合は翌日	
席数	70席（子ども用いす ☒ ・ 無）	駐車場	50台	
メニュー	ちゃんぽん			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 420 】g 食塩【 】g			
一言コメント			【お店から】 駐車場は広く、大型トラックも何台も止められる為、オープンして長年の常連さんが多く、広い店内なので家族連れも多く、時間をつくって食べに来られます。	

店名	やさい工房たたら		登録番号	9
住所	佐賀市大財4丁目1番51号	電話番号	0952-41-6800	
営業時間	9:00～17:00	店休日	土曜日・日曜日・祝日	
席数	宅配専用	駐車場	2台	
メニュー	日替わり弁当			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 222 】g 食塩【 3.4 】g			
一言コメント			【お店から】 宅配弁当は栄養士が綿密にカロリーや塩分、たんぱく質などを計算して作っております。	

店名	熊の川温泉ちどりの湯		登録番号	10
住所	佐賀市富士町大字上熊川204番地8	電話番号	0952-64-2388	
営業時間	10:00~21:00 (食事処の営業時間は11:00~19:30)	店休日	第3木曜日 ※祝日の場合は翌日	
席数	18席 (子ども用いす (有)・無)	駐車場	50台	
メニュー	ちゃんぽん			
メニュー詳細	エネルギー【 577 】kcal 野菜【 280 】g 食塩【 】g			
一言コメント	 【お店から】 野菜もたくさん摂れて値段も800円とリーズナブル！田舎の食堂だけど味は本格的。是非おいでくださいませ。			

店名	陽だまり		登録番号	11
住所	多久市東多久町納所2151	電話番号	0952-76-5175	
営業時間	11:00~20:00 (L.O.19:30) 木曜日のみ11:00~15:00 (L.O.14:30)	店休日	月曜日 ※木曜日は15:00まで営業	
席数	30席 (子ども用いす (有)・無)	駐車場	11台	
メニュー	うの花団子膳			
メニュー詳細	エネルギー【 540 】kcal 野菜【 】g 食塩【 2.3 】g			
一言コメント	 【お店から】 麴を使い、手作りの調味料で味付けをしています。自然食品と併にお買い物にも来店できます。コーヒータイムにも利用していただけます。			

店名	レストラン ラ・サンテ249		登録番号	12
住所	佐賀市水ヶ江1丁目12-10佐賀メディカルセンタービル1階	電話番号	0952-37-1249	
営業時間	10:30~14:30	店休日	土曜日・日曜日・祝日・ 夏季・年末年始	
席数	46席 (子ども用いす 有・無)	駐車場	約90台 ※ビル全体で共用	
メニュー	①シシリアンライス			

店名	さがんれすとらん志乃 県庁店		登録番号	13
住所	佐賀市城内1丁目1番59号佐賀県庁SAGA360	電話番号	0952-23-7511	
営業時間	11:00～15:00 (L.O.14:00) 17:00～21:00 (L.O.20:00)	店休日	月曜日・不定休	
席数	40席 (子ども用いす (有)・ 無)	駐車場	佐賀県庁駐車場	
メニュー	ハンバーグ弁当			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 239 】g 食塩【 】g			
一言コメント	 【お店から】 当店のハンバーグ弁当は伊万里牛を使っておりボリューム満点ですが、野菜もたっぷりとれてヘルシーです。			

店名	ひまわり弁当（配食）		登録番号	14
住所	小城市三日月町長神田112-7	電話番号	0952-72-1267	
営業時間	8:00～16:00	店休日	日曜日・祝日	
席数	—	駐車場	—	
メニュー	ひまわり弁当			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 166 】g 食塩【 2.3 】g			
一言コメント	 【お店から】 野菜をたっぷり使ったバランスの良い取り合わせと食塩控えめのやさしい味付けが魅力です。量をおさえた「ヘルシーランチ」やおかずのみも人気です。日替わりなので、毎日飽きずに楽しめます。 ※配達エリア小城市（小城町・三日月町）			

店名	みのりカフェ季楽		登録番号	15
住所	佐賀市駅前中央1-4-17コムボックス佐賀駅前1F	電話番号	0952-20-0641	
営業時間	平日：10:00～19:00 土日祝日：10:00～19:00	店休日	施設の営業日に準ずる	
席数	29席 (子ども用いす 有・ (無))	駐車場	近隣駐車場300台	
メニュー	肥前さくらポークの生姜焼き定食			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 263 】g 食塩【 】g			
一言コメント	 【お店から】 旬の佐賀県産食材を使用した定食やお弁当、こだわりの自家製スイーツやドリンクが楽しめるカフェです。			

店名	コープさが生活協同組合 事業支援部		登録番号	16
住所	佐賀市開成3丁目3-28	電話番号	0952-36-7011	
営業時間	9:00～17:00	店休日	土曜日・日曜日	
席数	—	駐車場	—	
メニュー	弁当コース			
メニュー詳細	1日1食あたり（週平均） エネルギー【 500 】kcal 野菜【 】g 食塩【 2.7 】g			
一言コメント	 【お店から】 佐賀県・長崎県・大分県・熊本県・鹿児島県の生協で共同仕入れを行って、クオリティの高いお弁当をお得なお値段でお届けしています。			

店名	一楽		登録番号	17
住所	小城市小城町253-21	電話番号	0952-73-2235	
営業時間	11:30～14:30 (L.O.14:00) 17:30～21:00 (L.O.20:30)	店休日	月曜日	
席数	21席（子ども用いす（有）・無）	駐車場	4台	
メニュー	ちゃんぽん			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 181 】g 食塩【 】g			
一言コメント	 【お店から】 昔ながらの味で喜んでいただいております。			

店名	SCOLCAFE & D		登録番号	18
住所	佐賀市日の出2丁目1-10パークテラス内	電話番号	0952-37-7423	
営業時間	11:00～18:00 （平日L.O.17:00、土日祝L.O.18:00）	店休日	火曜日・水曜日	
席数	36席（子ども用いす（有）・無）	駐車場	SAGAサンライズパーク駐車場	
メニュー	チキン南蛮ランチ			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 143 】g 食塩【 】g			
一言コメント	 【お店から】 佐賀県産の食材を使用したランチ・デザートとスペシャルティコーヒーが楽しめる、ほっとできるお店です。			

店名	FunFun楽		登録番号	19
住所	神崎市神崎町本告牟田2004	電話番号	090-8351-1494	
営業時間	10:00～14:00	店休日	土曜日・日曜日・祝日	
席数	10席（子ども用いす 有・ （無） ）	駐車場	10台	
メニュー	焼肉弁当			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 184 】g 食塩【 】g			
一言コメント			【お店から】 自家製焼肉のたれを使っています。野菜たっぷりヘルシーです。 店休日でも予約をいただければ対応できる場合があります。	

店名	FLaT PLaT（ふらっとぷらっと）		登録番号	20
住所	佐賀市日の出1丁目21-10（佐賀市文化会館2階）	電話番号	0952-77-9229	
営業時間	11:00～16:00（イベントによって変動）	店休日	不定休	
席数	80席（子ども用いす （有） ・ 無）	駐車場	佐賀市文化会館駐車場	
メニュー	和風ハンバーグセット			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 351 】g 食塩【 】g			
一言コメント			【お店から】 季節のお野菜をたっぷり使って全て手作りしています。お客様が笑顔になれるお料理の提供が目標です。 ※店休日と営業時間はお店のフェイスブックやインスタグラムでご確認ください。	

店名	ライフデリ小城・多久店（配食）		登録番号	21
住所	小城市三日月町織島2830	電話番号	0952-37-6532	
営業時間	9:00～18:00	店休日	1/1～1/3	
席数	—	駐車場	—	
メニュー	日替わり弁当			
メニュー詳細	エネルギー【 473 】kcal 野菜【 】g 食塩【 1.7 】g			
一言コメント			【お店から】 下味に天然のだしを効かせて美味しく減塩に成功！お野菜たっぷりなので、健康意識が高い方にも大変好評です。	

店名	restore compass		登録番号	22
住所	佐賀市神野東4-7-24江頭ビル1階101	電話番号	0952-37-9311	
営業時間	11:30～14:00 17:30～21:00	店休日	日曜日・第2月曜日	
席数	20席（子ども用いす 有・ 無 ）	駐車場	5台	
メニュー	自家製ミートローフ（トマトソース）			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 257 】g 食塩【 】g			
一言コメント	 【お店から】 当店は街中でキャンプ気分をコンセプトにしています。このミートローフは定番メニューの1つで人気商品です。			

店名	グリコマニファクチャリング（株）佐賀工場食堂【（株）クッキングセンター佐賀】		登録番号	23
住所	佐賀市大和町大字尼寺2415	電話番号	0952-62-2111	
営業時間	9:00～14:30	店休日	日曜日	
席数	25席（子ども用いす 有・ 無 ）	駐車場	—	
メニュー	日替わり定食			
メニュー詳細	エネルギー【 】kcal 野菜【 206 】g 食塩【 】g			
一言コメント	 【お店から】 日替わり定食は毎日手作りを心がけ、バランスのとれたメニューです。 月曜日は麺定食、水曜日は丼定食、金曜日はグリコカレー定食などを提供しています。			