

やさしい 食の応援店

野菜たっぷり 塩はマイナス 1g

行きつけのお店で
リクエスト！



匝瑳市版

R7.9.1現在

自家焙煎珈琲店ドウムートン

洋食

匝瑳市亀崎198-2
0479-75-4699
定休日:(日)、第1・3(月)
・地元産野菜料理を提供



中華料理 集安

中華

匝瑳市八日市場ホ1505
0479-73-0870
定休日:(火)
・野菜120g以上のメニュー有
・薄味での提供可



カフェ ペルメル

洋食

匝瑳市八日市場イ2091-10
0479-73-0862
定休日:(月)
・野菜120g以上のメニュー有
地元の新鮮な野菜を使用し、
提供しています



そば処割烹 浜菊

和食

匝瑳市飯倉128-9
0479-72-2855
定休日:(火)
・野菜120g以上のメニュー有



コーヒー＆レストラン ブリッジ

洋食

匝瑳市八日市場イ134
0479-73-1120
定休日:(水)
・野菜120g以上のメニュー有
・地元産野菜料理を提供



中華料理 伊世家

中華

匝瑳市八日市場イ62-4
0479-72-1188
定休日:(水)
・野菜120g以上のメニュー有
・薄味での提供可



ぶんしん

洋食

匝瑳市八日市場イ62
0479-72-0558
定休日:(木)
・野菜120g以上のメニュー有
・薄味での提供可



天ぷら港屋

和食

匝瑳市八日市場イ2485
0479-72-1223
定休日:不定休
・野菜120g以上のメニュー有
・ドレッシング等別添え提供可



イル・ジラソーレ

洋食

匝瑳市横須賀1010-1
0479-79-1176
定休日:(火)
・野菜120g以上のメニュー有



宇しろ

和食

匝瑳市安久山1-3
0479-74-1178
定休日:(月)
・野菜120g以上のメニュー有



大木戸珈琲

古民家喫茶

匝瑳市松山1138-1
070-2839-6747
定休日:(火)(水)(木)
・野菜120g以上のメニュー有
・地元産野菜料理を提供



おたふく

食堂

匝瑳市上谷中2219-2
0479-73-8555
定休日:無休
・野菜120g以上のメニュー有



鮨喰い呑み処 波音

和食

寿司ほか

匝瑳市八日市場ハ966-2
0479-73-8688
定休日:(水)
・野菜120g以上のメニュー有



み 味こし

和食

洋食 ほか

匝瑳市八日市場イ2931
0479-73-7354
定休日:(日)(月)
・野菜120g以上のメニュー有
・薄味での提供可



内山屋

そば 丂 ほか

匝瑳市八日市場イ2529
0479-72-0353
定休日:不定休
・野菜120g以上のメニュー有



「海匝地域・職域連携推進協議会」が募集、認定しています。

このステッカーが目印です→

やさしい・い食の応援店の詳細はWebサイトで御覧いただけます。
<https://www.pref.chiba.lg.jp/kf-kaisou/kennkoudukuri.html>



協議会事務局
千葉県海匝保健所
(海匝健康福祉センター)
八日市場地域保健センター
TEL:0479-72-1281



匝瑳市版

R7.9.1現在



ザ プラウマン バイ ザ ハイブ アンド バロウ 洋食 The Ploughman by The Hive and Barrow

匝瑳市小高599

☎0479-75-4618

定休日:(日)(月)(火)(水)(木)
ランチは完全予約制・カフエ営業有
・野菜120g以上のメニュー有
・野菜や野菜惣菜の販売
・地元産野菜料理を提供
・薄味やソース等別添え提供可
だから全て手作り、調味は塩だけの
野菜ランチをおたのしみください



The Ploughman's Lunch

イタリア料理 EST EST 洋食 匝瑳市春海6963-3

☎0479-85-6371

定休日:(月)、第2・4(火)

祝日の場合は翌日休

・野菜120g以上のメニュー有
・地元産野菜料理を提供
・ベジファーストメニュー有
・野菜増量可
・薄味やソース等別添え提供可

自家菜園の無農薬野菜と地元産の野菜を
使用しています。自家製野菜ソレッシングも好評です。
最新情報はインスタ・アメブロでcheckしてください。



バーニヤカウダ

ごはんCafe イクシー

カフェ

匝瑳市八日市場八966-1 武ビル2F

☎0479-85-8889

定休日:(木)(金)(土)(日)

・野菜120g以上のメニュー有
・地元産野菜料理を提供
・食塩相当量3g以下のメニュー有
・薄味やソース等別添え提供可
・減塩調味料の提供可

地産地消を推奨=地元食材を使った
ヘルシーで美味しい手作りごはんのお店



グリルランチ

食事処 梓

和食 洋食 そば

匝瑳市飯塚315

☎0479-74-1337

定休日:不定休

・野菜120g以上のメニュー有
・薄味での提供可
・ドレッシング等別添え提供可



肉とキャベツのみそ炒め定食

天神

和食 洋食 めん類

匝瑳市八日市場イ2399

☎0479-72-3074

定休日:(月)

・野菜120g以上のメニュー有
・地元産野菜料理を提供
・野菜増量可、薄味での提供可
・ドレッシング等別添え提供可



スペシャルサラダ

イタリアンカフェ パルティーナ

洋食

匝瑳市飯倉台19-16

☎0479-86-8488

定休日:(月)

・野菜120g以上のメニュー有
・地元産野菜料理を提供
・薄味での提供可
・ドレッシング等別添え提供可



ランチメニュー

なる味

和食 中華

匝瑳市高182-2

☎0479-73-5120

定休日:(月)(火)

・野菜120g以上のメニュー有
・野菜の増量可
・薄味での提供可

国産の食材にこだわって使用しています。
肉・にんにく・生姜・干しいたけ等



野菜炒め

隠れ家 すずめ

ハンバーガー

匝瑳市堀川4664-4

☎0479-85-6241

定休日:(月)(火)(水)

・野菜120g以上のメニュー有
・野菜の増量可*6種の野菜入

たくさんお野菜をとれます



ジューシーバーガー

お食事処 ささもと

和食

匝瑳市上谷中2238-8

☎0479-72-1159

定休日:(水)又は(木)

・野菜120g以上のメニュー有
・地元産野菜料理を提供
・薄味での提供、減塩調味料提供可
・ドレッシング等別添え提供可

地産地消に積極的に取り組みさせて頂き、
塩分控えめ、地元食材等を活用する
メニューを作りを行っています。



ハンバーグセット

たけおごはん

和食

匝瑳市生尾114-2

☎0479-74-8488

定休日:(金)(土)

・野菜や野菜惣菜の販売
・地元産野菜料理を提供

匝瑳市はお野菜が豊富です。
是非お越しください。



野菜定食

Coffee&パスタ Piccolo

洋食

匝瑳市柏田8653-6

☎0479-67-5395

定休日:(月)

・野菜120g以上のメニュー有
・食塩相当量3g以下のメニュー有
・薄味での提供可
・減塩調味料提供可



ハンバーグセット

手作りのお店 たまご屋さん

販売店

匝瑳市八日市場木439-1

☎0479-73-6090

定休日:第1・3(月)

・野菜や惣菜の販売



匝瑳市八日市場イ2887-6

☎0479-72-1585

定休日:月末の(日)

・野菜や野菜惣菜の販売



販売店

JAちばみどり 飯倉台直売所

販売店

匝瑳市飯倉444-1

☎0479-73-6139

定休日:1月1日~5日

・野菜や野菜惣菜の販売



そうさ観光物産センター匝りの里

販売店

匝瑳市八日市場イ137-1

☎0479-85-5015

定休日:無休

・野菜や野菜惣菜の販売



木屋忠

販売店

匝瑳市八日市場イ2556-2

☎0479-73-5132

定休日:(日)

・野菜や野菜惣菜の販売



美味しく元気に「やさ・しー・い」

登録店隨時募集中!

海匝地域・職域連携推進協議会