

「いばらき健康づくり支援店」登録店一覧 (平成29年6月末現在)

計 932店舗

No.	店名	主な料理の種類	取組実施コース	登録弁当の名前とコース	所在地	電話帳	定休日	営業時間	ホームページアドレス	登録保健所等名
1	茨城県庁生活協同組合 カフェテリアひばり	主菜・副菜・カレー類軽食 麺類・定食	栄養成分表示 ヘルシーオーダー		水戸市笠原町978-6	029-301-6165	土・日・祭日・年末年始	11:00～16:00	http://www.fureai-iks.com	水戸
2	水戸京成ホテル ホテルショップアンドミー	イタリア料理 (ランチ)	ヘルシーオーダー		水戸市三の丸1-4-73	029-226-3111	定休日なし	7:00～22:00 ランチ11:30～14:00	http://www.keiseihotel.co.jp/mito/	水戸
3	(株)大森食品	ヘルシー弁当	栄養成分表示 ヘルシーオーダー		水戸市小吹町2053-161	029-241-2640	不定休	早期～17:30	http://www.ohmorifood.co.jp	水戸
4	(株)レパスト 県立こども病院職員食堂	麺類 定食	ヘルシーオーダー		水戸市双葉台3-3-1	029-254-5976	年中無休	7:00～19:30	http://www.repast.co.jp/	水戸
5	(株)味多加フード	日替弁当	栄養成分表示 ヘルシーオーダー		水戸市平須町166-7	029-243-0433	年中無休	8:00～19:00	http://www.mitakafood.co.jp	水戸
6	県警食堂 (茨城県警本部内食堂)	日替定食	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー 当店独自の取組		水戸市笠原町978-6	029-243-0433	土・日・祭日休	11:30～13:30	http://www.mitakafood.co.jp	水戸
7	茨城県立県民文化センター グリルモンマルシェ	洋食	栄養成分表示 ヘルシーメニュー		水戸市千波町東久保697	029-241-1166	不定休	11:00～17:00	http://www.ibarakiken-bunkacenter.com	水戸
8	鯉淵学園農業栄養専門学校 学生食堂	定食	栄養成分表示 ヘルシーメニュー ヘルシーオーダー(野菜 たっぷりメニュー)		水戸市鯉淵町5965	029-259-6015	土・日・祝日・学校長期 休暇中	7:20～ 8:30 11:55～12:50	http://www.koibuchi.ac.jp/	水戸
9	妙神食堂	定食3品(日替わり)、洋食、中華、 めん類	ヘルシーオーダー 当店独自の取組 (テーブルフーズ)		水戸市柵町1-3-1 水戸合同庁舎内	029-227-2857	土・日・祭日	11:30～14:00	http://www.mvouiin.jp	水戸
10	大戸屋ごはん処 イオンモール水戸内原店	手作り定食	当店独自の取組 (エネルギー表示)		水戸市中原町西135	029-259-9252	年中無休	11:00～23:00 (L.O 22:30)	http://www.ootova.com/	水戸
11	(株)日京クリエイト 常磐大学T棟学生ホール	ライスプレート・麺セット・パンセット	栄養成分表示		水戸市見和1-430-1	029-219-4404	土日祝日休 (学校規定による)	11:30～13:30	http://www.nikkyo-create.co.jp	水戸
12	レストラン モン・ラパン	フランス料理	当店独自の取組		笠間市笠間1150	0296-73-0020	毎週火・第1月曜	11:30～14:30 17:30～20:30	http://www9.plala.or.jp/monlapin/	水戸
13	茨城県庁生活協同組合 中央病院支所食堂	日替定食、カレー、副菜、めん類	栄養成分表示 ヘルシーオーダー 当店独自の取組		笠間市鯉淵6528 茨城県立中央病院内	0296-77-9930	土日祝祭日休	11:00～16:00	http://www.fureai-iks.com	水戸
14	仕出し・お祝い・法要弁当 わさび	各種弁当・オードブル・ロケ弁 パーティ料理	食事バランスガイド表示		笠間市鯉淵6526-47	0296-73-5260	年末年始	7:00～完売したい終了	http://www.wasabi-bento.jp/	水戸
15	常盤観光(株) 友部サービスエリア(下り線)	そば、うどん、ラーメン、丼	当店独自の取組 (エネルギー表示)		笠間市長兎路1051-3	0296-77-8600	年中無休	24時間営業(手打ちそば店の み7:00～21:00)		水戸
16	東武食品サービス(株) 友部サービスエリア上り線	ラーメン、そば、うどん、 定食、丼各種	栄養成分表示		笠間市長兎路字梶山久保1059-6	0296-77-8503	年中無休	24時間営業 (一部11:00～21:00)	http://sapa.driveplaza.com/sapa/1400/1400071/1/	水戸
17	寿司割烹 千成	すし	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		笠間市大田町1088-3	0296-77-2800	月曜(祝日の場合は翌 日休み)	11:00～14:00 16:00～21:00	http://www.kasama-kankou.jp/upsys_pro/index.php?mode=detail&code=535	水戸
18	ポケットファームどきどき茨城町店 森の家庭料理レストラン	家庭料理	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		東茨城郡茨城町下土師字高山1945	029-219-1161	水曜日	平日ランチのみ 11:30～15:00 土・日・祝日 デイナー17:30～ 21:00	http://www.ib.zennoh.or.jp	水戸
19	お弁当の万年屋 (有)こうじや	ヘルシー弁当	栄養成分表示 ヘルシーオーダー 当店独自の取組 食事バランスガイド表示		大洗町磯浜町3666-2	029-267-5104	不定休	7:00～16:00	http://www.o-bento.co.jp/	水戸
20	フレッシュマートまつだ	弁当	栄養成分表示		小美玉市小川38-6	0299-58-2853	無休	7:30～21:00		水戸

21	Restaurant Aoyama	体に優しい西洋料理 多品ランチプレート コース料理 等	ヘルシーメニュー		水戸市姫子2-3 赤塚第2-D	029-257-9292	木曜日	11:00~15:00(L.O) 17:00~21:00(L.O)	http://shophelp.main.jp/restaurantaoyama	水戸
22	白河そば店	日本そば	ヘルシーオーダー		水戸市見川3-720-1	029-241-1289	火曜日	11:30~20:00	http://www.shirakawasoba.com	水戸
23	いちよう館	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり) 当店独自の取組(県内産の野菜・米・ 肉・果物使用)	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり) 当店独自の取組		ひたちなか市湊中央1丁目9番4号	029-262-2325	不定休	8:00~18:00	http://www17.plala.or.jp/ichoukan/	ひたちなか
24	京遊膳 花みやこ	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー(野菜たっぷり) 当店独自の取組(茨城や京都等の厳選 素材使用・小学校の食育指導)	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー (野菜たっぷり) 当店独自の取組		ひたちなか市笹野町3丁目14-26	029-276-7703	不定休 完全予約制	11:30~14:30 (13:00 LO) 17:30~22:00 (20:00 LO)	http://www.hanamiyako.com/	ひたちなか
25	有限会社 喜夕八	栄養成分表示 当店独自の取組(魚メイン、野菜多 め、果物を入れる等ニーズに応じる)	栄養成分表示 当店独自の取組		ひたちなか市西崎字西原1445番2	029-354-1188	不定休(営業時間に TELにてお問い合わせ ください)	平日11:00~17:00 土・日・祭日10:00~14:00	http://www.citydo.com/sp/029-354-1188	ひたちなか
26	(株)小松製作所茨城工場	定食(A・Bセット) 小鉢(3種)おにぎり ミニ丼・麺類	栄養成分表示 ヘルシーオーダー 店独自の取り組み		ひたちなか市長砂163-46	029-265-2370	土・日	昼食11:45~12:45	http://www.komatsu.co.jp/	ひたちなか
27	(株)小松製作所茨城工場第二食 堂	定食(A・Bセット) 小鉢(3種)おにぎり ミニ丼、麺類	栄養成分表示 ヘルシーオーダー 店独自の取り組み		ひたちなか市長砂163-46	029-265-2370	土・日	昼食11:45~12:45	http://www.komatsu.co.jp/	ひたちなか
28	エンメビーノ	ピッツァ、パスタ	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー 当店独自の取組		ひたちなか市東石川3-18-10	029-271-1565	月曜日	11:30~14:30(14:00L.O) 18:00~22:00(21:00 L.O)	http://r.gnavi.co.jp/p459800/	ひたちなか
29	農夫の台所 ファーマーズキッチン	自家栽培の野菜をメインとした洋食	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		ひたちなか市西光地3-11-3	029-274-8260	日曜日定休 ディナー不定休有	11:30~15:00(14:30L.O) 18:00~21:00(20:30L.O)	http://www.farmers-kitchen.net/	ひたちなか
30	LUCU(ルチュ)	オーガニックプレート、薬膳黒豚カレー	ヘルシーメニュー(野菜 たっぷり) 当店独自の取り組み(食 物アレルギー対応)		ひたちなか市馬渡3312-4	029-274-7060	月・火曜日(祝日の 場合は営業)…臨時 休業有、第一日曜日	11:30-14:30(Lo14:00)17:30- 21:30(Lo21:00)ディナーはご予約 の上来店ください	http://www.geocities.jp/lucu528/	ひたちなか
31	株式会社 燦食	米飯・仕出し弁当	栄養成分表示		東海村村松3115番地の22	029-282-4855	定休日なし	7:00~18:00	http://homepage2.nifty.com/349	ひたちなか
32	カジュアル レストラン グルヌイ ユ	ハンバーグ、常陸牛ステーキ	ヘルシーオーダー 店独自の取り組み		那珂郡東海村村松北1-13-1	029-284-0127	月曜日	ランチ 11:00~14:00(L.O) ディナー 17:30~20:00(L.O)	http://www.grenouille.jp/	ひたちなか
33	ケーキ&カフェ工房ルアール	ケーキ、パスタ、 ご飯類(オムライス、カレーなど)	ヘルシーオーダー実施店		那珂郡東海村村石川153-3	029-282-2232	第2、4、5火曜日	9:30~19:00 ランチ11:30~14:30		ひたちなか
34	横浜らーめん 椿家	ラーメン	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり) 当店独自の取組		那珂郡東海村村石川駅西3丁目1-1	029-287-7358	月曜日	11:00~22:00		ひたちなか
35	ステーキ屋 ぶどう亭	ステーキ、ハンバーグ	ヘルシーオーダー実施店		那珂郡東海村東海2-12-29	029-283-2911	年中無休	11:30~21:00 (15:00~17:00 CLOSE)		ひたちなか
36	うどん市村松店	うどん専門店、市天丼セット、ネギ味 噌うどん、鍋焼うどん	栄養成分表示 ヘルシーオーダー		那珂郡東海村照沼30-4	029-287-2310	元旦	冬11:00~20:00(LO) 夏11:00~20:00(LO)		ひたちなか
37	株式会社 燦食 東海村総合福祉センター「絆」食 堂さんさん	日替わり定食・うどん・そば・ラーメン	ヘルシーオーダー実施店		那珂郡東海村村松2005	029-283-2299	土日祭日	11:00~14:00	http://sunshoku.com/café/index.html#sansan	ひたちなか
38	創中華 東善房	おこげ、エビチリなど創作中華	ヘルシーオーダー 当店独自の取り組み		那珂郡東海村村松889-1	029-355-3222	日曜、祝日	ランチ 11:00~14:00 ディナー 17:30~21:00		ひたちなか
39	麺屋いろは	ラーメン	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		那珂郡東海村村石川607-45	029-287-7733	水曜日	11:00~23:00		ひたちなか
40	プレミアヴィラ	石焼ごはん、パスタ、プレミアムビュッ フェ、ワッフル	ヘルシーオーダー 当店独自の取り組み(サ ラダバー)		ひたちなか市はしかべ1-2-11	029-354-0124	12月31日 1月1日	ランチ 11:00~15:30 ディナー(月~木)17:00~22: 30(金~日)17:00~23:00	http://www.akss.biz/premier-villa/	ひたちなか
41	ティアラ	ピザ、パスタ、グローバルビュッフェ、 自家製スムージー	ヘルシーオーダー 当店独自の取り組み(サ ラダバー)		東海村村石川駅西3-2-2	029-287-7773	12月31日 1月2日	ランチ 11:00~15:30 ディナー 17:00~23:00	http://www.akss.biz/tiara/	ひたちなか
42	ベジターラ	ロールキャベツ、ハンバーグ、パスタ、 サラダバー、おからのチーズケーキ	ヘルシーオーダー 当店独自の取り組み(サ ラダバー)		ひたちなか市西光地3-12-1	029-219-6933	12月31日 1月3日	ランチ 11:00~15:30 ディナー 17:00~22:30	http://www.akss.biz/vegetala/	ひたちなか

43	トラットリア パラン	ピッツア, パスタ, サラダ	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー(野菜 たっぷり)	東海村白方443-1	029-287-7773	月曜日	ランチ平日 11:00~15:00 (14:30L.O) 土・日・祭11:00~16:00(15:30L.O) ディナー 17:30~22:00 (21:30L.O)	http://trattoria-parent.com	ひたちなか
44	洋風ダイニング パレット	パスタ, ハンバーグ, オムライス	ヘルシーオーダー	東海村村松北2-7-51	029-219-5836	火曜日	ランチ 11:30~15:00 ディナー 17:30~21:00	http://d-palette.info	ひたちなか
45	レストラン 山ゆり	定食, 丼物, 麺類	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)	常陸大宮市山方5776-5	0295-57-6868	月曜日 (祝祭日の場合翌日)	11:00~18:00		常陸大宮
46	Café +1	ラーメン, サラダプレート, コーヒー, ケーキ	ヘルシーオーダー 当店独自の取組	常陸太田市東一町2288	0294-72-0401	木曜日・第1水曜日・ 第3日曜日	11:00~14:00ランチ 14:00~17:00カフェ 日・祝はランチタイムのみ営業	http://www.vui-1.com	常陸大宮
47	ケーキのお店 あひるの工房café	パスタランチ	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー (野菜たっぷりコース) 当店独自の取組	常陸太田市東三町2153-3	0294-72-0401	火曜日	9:00~19:00		常陸大宮
48	なごみ弁当 常陸太田店	お弁当	ヘルシーオーダー 当店独自の取組(高齢者 向け宅配サービス)	常陸太田市木崎二町849	0294-33-8691	無休(お正月3が日以外)	8:30~18:30	http://ibacare.com/	常陸大宮
49	ゆばの里 静香庵	豆腐, ゆば料理	ヘルシーオーダー	那珂市静1789	029-296-2277	年末・年始 (12/31, 1/1)	11:00~15:00 17:00~20:00	http://www.yubanosato.jp	常陸大宮
50	レストラン キャロット	ステーキ, ハンバーグ, サラダバー	当店独自の取組	那珂市菅谷168-12	029-295-4129	火曜日	11:00~15:00 17:00~21:00	http://www.e-carrots.com	常陸大宮
51	有限会社 魚作商店	日替わり弁当	ヘルシーオーダー 当店独自の取組	久慈郡大子町大子332-2	0295-72-0056	日曜・祭日	8:00~18:00	uosakushoten.com	常陸大宮
52	そば処 ますこ庵	そば・うどん	栄養成分表示	久慈郡大子町小生瀬2878-6	0295-76-1028	毎週水曜日 (祝日の場合は翌日)	11:30~14:30 17:00~19:00	http://www.ne.jp/asahi/sobado-koro/masukoan	常陸大宮
53	ゆばの里 豆仙	豆腐, ゆば料理	ヘルシーオーダー	久慈郡大子町塙734	0295-72-8551	不定休	11:00~16:00	www.yuba.co.jp	常陸大宮
54	まごころ弁当大子店 株式会社IKKI	普通食, カロリー調整食, ムース食, 低タンパク食	ヘルシーオーダー 当店独自の取組	久慈郡大子町矢田323-6	0295-76-8820	無休	8:30~18:00	http://ibacare.com/	常陸大宮
55	とんかつ専門店 とん	とんかつ	栄養成分表示 ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー	日立市鮎川町2-2-3	0294-33-3823	無休	11:00~21:30 (火災で、現在は弁当のみ販売中)	http://www.ton3.com	日立
56	Macrobiotic TSUBAKI	マクロビオテックの食事 スイーツ	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー 当店独自の取組	日立市大みか町4-16-10	0294-33-2424	火曜日	11:30~18:00	http://www.net1.jway.ne.jp/cafe_tsubaki	日立
57	満平	丼物, ラーメン うどん, そば	栄養成分表示 ヘルシーオーダー	日立市平和町1-9-5	0294-22-1401	日曜定休	11:00~15:00 17:00~19:00		日立
58	レストラン 幹	野菜ラーメン 定食・天ざる	栄養成分表示 ヘルシーメニュー	日立市城南町2-1-1 日立総合病院内	0294-21-2001	土曜・日曜・祝日	9:00~16:00	http://tabelog.com/ibaraki/A0805/A080501/8015313/	日立
59	茨城キリスト教学園 生活協同組合	季節の定番メニュー	栄養成分表示 ヘルシーオーダー	日立市大みか町6-11-1	0294-25-5285	土曜・日曜・祭日・長期 休暇時休業	11:00~13:30	http://www.univcoop.jp/icc/	日立
60	寿司 天ぶら うなぎ 鮭政	寿司 天ぶら うなぎ	ヘルシーオーダー	日立市東町1-16-22	0294-24-4646	月曜日	11:30~14:00 17:00~22:00		日立
61	Café mizukinosho	ランチ, カレー, オムライス	ヘルシーオーダー	日立市水木町1-12-16	0294-54-2333	木曜	11:00~16:00(平日) 11:00~18:00(土日祝)	http://www.mizukinosho.com	日立
62	自然食レストラン パンプキン	オーガニックの食事等	ヘルシーメニュー ヘルシーオーダー 当店独自の取組	北茨城市磯原町磯原1-222	0293-42-1818	日曜日	12:00~14:00 18:00~21:00	http://www.mpumpkin.com	日立
63	マリー・ランチ	日替り定食	栄養成分表示 ヘルシーメニュー ヘルシーオーダー	北茨城市磯原町磯原1630	0293-46-5511	土曜・日曜・祭日 年末年始	11:30~13:30	http://www.daisin.info	日立

64	エキマエカフェ	ナポリタン,丸パンサンド	ヘルシーオーダー		北茨城市中郷町小野矢指238-7	080-3029-4215	日曜・月曜	11:00~17:00 金曜11:00~19:00		日 立
65	株式会社 日京クリエイト 日立食品工場	配達弁当, 特注弁当	ヘルシーオーダー		日立市諏訪町2丁目8番2号	0294-37-1721	土曜・日曜・祭日 年末年始	8:00~16:45	http://www.nikkvo-create.co.jp	日 立
66	Ocean's Kitchen	日替り定食, カレー, そば, うどん	栄養成分表示 ヘルシーオーダー		北茨城市関南町関本下1050	0293-24-9022	土日祝日 年末年始	11:00~14:00		日 立
67	さくら茶房	日替わりランチプレート	ヘルシーオーダー		日立市桜川町3-11-3	090-5316-2581	日曜・月曜・祝日	11:00~17:00	http://sakura-sabou.iimdo.com	日 立
68	公共の宿マウントあかね内 レストランピナス倶楽部	エビフライ, あかねライス, 天ぷら	ヘルシーオーダー		北茨城市華川町小豆畑2747	0293-30-0606	無休	11:00~15:00	http://www.mountakane.com/	日 立
69	レストランしらはま	日替わり定食	ヘルシーオーダー		行方市宇崎1389 レイクエコー内	0299-73-2106	月曜日	11:30~13:30	http://homepage3.nifty.com/shirahama/index.htm	鉾 田
70	うま 株式会社美味いるプラス	ヘルシー宅配弁当	栄養成分表示 ヘルシーメニュー		鉾田市汲上3128	0291-39-0505	木曜・日曜・祝日休	9:30~16:00	http://www.003.upp.so-net.ne.jp/shinsekai/takimoto/	鉾 田
71	活魚割烹よこ多	日本料理, 天ぷら・うなぎ・寿司他, 会席料理	ヘルシーオーダー		鉾田市野友567-1	0291-32-6007	木曜日	11:00~13:30 17:00~22:00		鉾 田
72	らーめん青龍	手打ち中華	ヘルシーオーダー 当店独自の取組		鹿嶋市大字平井押合1128-65	0299-82-7538	火曜日 (祝日の場合は翌日)	11:00~15:00 17:00~20:00		潮 来
73	ジョナサン 鹿嶋店	パスタ・ハンバーグ ピザ・デザート	栄養成分表示 ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		鹿嶋市鉢形1517-1	0299-90-7150	年間無休	24時間営業		潮 来
74	株式会社寿 セントラルキッチンまごころ工房	仕出し弁当, オードブル, 日替わり弁当	食事バランスガイド表示 栄養成分表示 ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー 当店独自の取組	40品目ヘルシーバランス 弁当 野菜たっぷりコース うす味コース カロリーコース	鹿嶋市粟生2634-14	0299-95-6066	日曜定休	9:00~17:00	http://magokoro-kobo.jp/	潮 来
75	鹿島石油株式会社構内食堂	定食(A・B)類	食事バランスガイド表示 栄養成分表示 ヘルシーオーダー		神栖市東和田4番地	0299-97-3175		11:30~13:00 17:30~18:30		潮 来
76	鹿島セントラルホテル レストラン セピア	パスタ類・ハンバーグ ビーフカレー他	ヘルシーメニュー		神栖市大野原4丁目7番11号	0299-95-5511 (内線162)	年間無休	昼 11:30~14:00	http://ekch.jp/	潮 来
77	旭硝子株式会社 鹿島工場内食堂		栄養成分表示 ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		神栖市東和田25番地	総務 0299-96-2213 食堂 0299-96-3150	年中無休	11:00~13:00		潮 来
78	MAHALO	旬の物 幕の内弁当 カレー, パスタ等	ヘルシーメニュー		鹿嶋市神向寺後山26-2	0299-87-5151	月曜定休	11:00~22:00	http://www.kashima-mahalo.jp	潮 来
79	株式会社クボタ 竜ヶ崎工場内社員食堂	日替定食(2種) ヘルシー定食, 麺, カレー	栄養成分表示 ヘルシーオーダー 当店独自の取組		龍ヶ崎市向陽台5-6	0297-64-7311	事業所休日	12:00~12:45		竜ヶ崎
80	(株)イトーヨーカ堂 竜ヶ崎店		当店独自の取組		龍ヶ崎市小柴5-1-2	0297-65-4411	年6回臨時休業	10:00~21:00	http://www.e-itovokado.jp/194/	竜ヶ崎
81	(株)セブン&アイ・フードシステムズ イトーヨーカ堂 竜ヶ崎店	定食・カレー 和麺・パスタ 等	栄養成分表示 ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		龍ヶ崎市小柴5-1-2	0297-66-8254	店休日なし	11:30~17:00	http://www.7andi-fs.co.jp/7fs	竜ヶ崎
82	龍ヶ崎済生会病院 健診センター レストラン コスモス	ドック食, 定食	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		龍ヶ崎市中里1-1	0297-62-3055	土日祝日	9:00~22:00		竜ヶ崎
83	CAFÉ暖炉 (はあーす)	自然食をベースとした家庭食	ヘルシーオーダー 当店独自の取組		龍ヶ崎市城ノ内5-25-1	0297-62-3703	日・月・木	11:00~14:30		竜ヶ崎
84	日清食品関東工場	日替わり定食	栄養成分表示 ヘルシーオーダー		取手市清水667-1	0297-82-6111	工場休日時	11:00~14:00 18:00~20:00		竜ヶ崎
85	手打ラーメン珍来 牛久柏田店	みそラーメン	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		牛久市柏田2-6-6	029-874-5530	年中無休	11:00~23:00		竜ヶ崎

86	ハローランチ茨城県南店 (株)わかかな	仕出し弁当	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー 当店独自の取組		牛久市久野町1016-8	029-875-0897	年中無休	3:00~16:00	http://hello-wakana.jp	竜ヶ崎
87	レストランテ・ジェノ	洋食定食, お弁当(要予約)	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		守谷市立沢1162-3	0297-45-5651	不定休	11:00~22:00		竜ヶ崎
88	日立建機株式会社 龍ヶ崎工場	定食, 小鉢, おにぎり, 稲荷寿司。サ ラダ。ミニ丼, 麺類, カレー	栄養成分表示 ヘルシーオーダー		龍ヶ崎市3番地	0297-64-3111	土日	12:00~12:45	http://www.hitachi-kenki.co.jp/	竜ヶ崎
89	そよかぜ	おまかせランチ, ワンプレートランチ	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー 当店独自の取組		取手市寺田6337番地	0297-84-6475	土日祝祭日	13:00~16:00	http://1soyokaze.sakura.ne.jp/1994.html	竜ヶ崎
90	株式会社前川製作所守谷工場 社員食堂	定食, 麺定食, カレー定食	栄養成分表示 ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		守谷市立沢2000		土日祝日	12:00~13:00		竜ヶ崎
91	レストラン サンテ	和食, 洋食, パスタ	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー 当店独自の取組		取手市東6-72-24	0297-85-2225	年末年始	11:00~15:00 17:30~21:00		竜ヶ崎
92	日本メクトロン株式会社牛久 事業場内 第一食堂, 第二食堂	定食, 丼, 麺類	栄養成分表示 ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		牛久市奥原町1650-11-1	029-830-9150	土日	11:30~13:00		竜ヶ崎
93	珍来 真鍋店	ラーメン, チャーハン 餃子, ニラレバ炒め	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		土浦市真鍋3-5-28	029-875-5911	火曜日	11:30~22:00		土浦
94	珍来 田中店	ラーメン, チャーハン 餃子, ニラレバ炒め	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		土浦市田中2-14-1	029-822-6316	木曜日	11:30~22:00		土浦
95	そば坊 土浦店 ※改装のため一時休業中	そば・うどん・ごはん物	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		土浦市田中2-14-35	029-825-2725	木曜日	11:30~22:00		土浦
96	珍来 木田余東台店	ラーメン, チャーハン 餃子, ニラレバ炒め	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		土浦市木田余東台3-1-16	029-826-5307	火曜日	11:30~22:00		土浦
97	西洋フード・コンパスグループ(株) LIXIL土浦工場店キャフェ	定食	栄養成分表示		土浦市紫ヶ丘4番地 テクパーク工場団地 LIXIL土浦工場内社員食堂	029-830-1122	土・日・祝日	11:40~13:00	http://www.seiyofood.co.jp/	土浦
98	四川飯店アルファ (ホテルアルファ・ザ・土浦)	中国料理	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		土浦市港町1-4-26	029-824-1211	元旦	平日 11:30~14:30 17:30~21:00 土曜 11:30~15:00 17:30~21:30 日・祝日 11:30~15:00 17:00~21:00	http://www.alpha-yad.com	土浦
99	つくばカーサ	カーサおすすめランチ	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー 当店独自の取組		土浦市中村西根12-1	029-843-4312	日・月・火	11:30~16:00	http://www.tsukuba-casa.jp	土浦
100	地球食堂てらすや	ベジタリアン料理	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		土浦市川口1-3-217 モール505 2F B-207	029-826-8030	不定休	11:00~25:00	http://heartland.geocities.jp/terra_earth_yh/	土浦
101	おうちカフェTry Try Try	野菜中心の家庭料理(38種) 野菜たっぷり弁当	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)	野菜たっぷり弁当 野菜たっぷりコース	土浦市桜ヶ丘町13-3	029-824-0076	木曜日	火水金 10:00~21:00 月曜のみ 10:00~16:00 土日祝日 9:00~21:00	http://facebook.com/OuchicafeTryTryTry	土浦
102	健康管理食宅配サービス けんたくん 石岡店	バランス健康食・糖尿病食・ 高血圧食・透析食・腎臓病食	ヘルシーメニュー 栄養成分表示 当店独自の取組		石岡市旭台2-9-27	0299-56-3008	不定休	9:00~18:00	http://www.food-joint.com (株式会社ジョイント 本部)	土浦
103	キッチンさくら	洋食定食, パスタ	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		石岡市国府4-4-20	0299-22-2807	月曜日 (祝日の場合翌日)	11:00~15:00 17:30~22:00	http://ksakura.yu-yake.com/	土浦
104	日本テキサス・インスツルメンツ株式会社 美浦工場 ゆさんこ	定食, 健康定食, 丼, カレー, 中華麺, 和麺	栄養成分表示 ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		稲敷郡美浦村木原2350	029-885-2230	年中無休	11:15~13:30 17:30~19:30 00:45~02:30	http://www.greenhouse.co.jp	土浦
105	三菱化学株式会社 筑波センター食堂	定食, 麺, カレー	栄養成分表示 ヘルシーメニュー		稲敷郡阿見町中央8-3-6	029-887-4270	土・日・祝日	12:00~13:00	http://www.greenhouse.co.jp	土浦
106	広東料理シュウロンFS	広東料理	栄養成分表示 ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		稲敷郡阿見町うずら野4-2-30	029-896-5050	月曜日	11:00~14:30 17:30~21:30	http://www.ne.jp/asahi/shuron/fs/	土浦
107	(株)日京クリエイト キャン(株)阿見事業所食堂	ランチ・カレー・麺類	栄養成分表示 ヘルシーオーダー		稲敷郡阿見町大字吉原3577	029-889-0012	土・日・祝日 (会社カレンダーによ る)	11:30~13:00 (夏季は11:00~12:30)	http://www.nikkyo-create.jp/index.html	土浦

108	株式会社SHカッププロダクツ 社員食堂	定食、丼、カレーライス、 天ぷらうどん、そば、ラーメン	栄養成分表示		土浦市木田余3550番地	029-826-7352	独自のカレンダー一休日	12:00~12:45		土 浦
109	Yasato de トレタ レストラン	洋食、パスタ	ヘルシーメニュー 当店独自の取組		石岡市下青柳200	0299-42-4822	月曜日 (祝日の場合翌日)	火~金 11:00~17:00 土日祝日 11:00~20:00	http://yasato.com/	土 浦
110	コーヒーハウス アモル	週替わりランチ (前菜とデザートは日替わり)	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		土浦市大岩田1771-1	029-826-7020	日・月・火・水・祝日	11:00~17:00		土 浦
111	珍来 千現店	ラーメン、チャーハン 餃子、ニラレバ炒め	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		つくば市千現1-11-1	029-851-6599	年中無休	11:00~23:00		つくば
112	珍来 テクノパーク桜店	ラーメン、チャーハン 餃子、ニラレバ炒め	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		つくば市桜3-15-1	029-857-9934	年中無休	11:00~23:00		つくば
113	珍来 谷田部IC店	ラーメン、チャーハン 餃子、ニラレバ炒め	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		つくば市谷田部6443	029-838-2922	年中無休	11:00~23:00		つくば
114	(株)レオック関東 森林総合研究所事業所	Aランチ・Bランチ・Cランチ	栄養成分表示 ヘルシーオーダー		つくば市松の里1	029-873-2814	土・日・祝日	11:45~13:30	http://www.leoc-j.com/	つくば
115	なべっこ宅配	手作り釜めし 和洋食類おかず うどん 菓子	ヘルシーオーダー		つくば市大809-1	029-857-4711	不定休	8:00~19:00	http://nabesuwa.chagasi.com/	つくば
116	(株)LEOC 積水化学工業株式会社 つくば事業所	Aランチ・Bランチ カレーライス 和・中華麺 サラダバー ヘルシーランチ	栄養成分表示店 ヘルシーオーダー		つくば市和台32	029-864-4117	土・日・祭日	12:00~13:00 17:30~18:30	http://www.leoc-j.com/	つくば
117	うまいや つくば店	和食(弁当・総菜)	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー (野菜たっぷり) 弁当登録 (野菜たっぷり)		つくば市研究学園D34街区2	029-858-1390	水曜日	10:00~ 売り切れ次第終了	http://www.sakura-umaiya.com/	つくば
118	筑波宇宙センター内食堂	定食A・B、めん類、カレー他	栄養成分表示 ヘルシーオーダー		つくば市千現2-1-1	050-3362-4736	土日祝日	11:30~13:30 17:30~19:30		つくば
119	プリムローズ	パスタランチ・サンドイッチ他	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		つくば市春日	029-856-1185	月曜日	11:00~15:00 17:00~22:00		つくば
120	珍来 みらい平店	ラーメン、チャーハン 餃子、ニラレバ炒め	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		つくばみらい市陽光台1丁目253街区2画地	0297-57-8818	年中無休	11:00~23:00		つくば
121	そば坊 つくば店	そば、うどん、ごはんものなど	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		つくば市花畑1-13-8	029-877-4233	年中無休	11:30~22:00		つくば
122	(株)カスミ カフェテリア・ポヌール	ランチ定食・カレー・めん・サラダ等	栄養成分表示 ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー 当店独自の取組		つくば市西大橋599-1	029-850-1913	日曜・祝日	12:00-14:00		つくば
123	鉄鍋餃子・石焼炒飯 龍神	パーク定食 水餃子定食 石焼炒飯	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー(野菜 たっぷりメニュー)		つくば市筑穂1-1-13	029-846-0706 080-8161-0358	日曜	11:00~14:00 17:00~21:00		つくば
124	日本無機(株)結城工場 社員食堂	定食、種類、 丼、カレー	栄養成分表示 ヘルシーオーダー		結城市結城作415		土日祝日	8:30~17:15	http://www.nipponmuki.co.jp/	筑 西
125	鮭・割烹 福松	ランチとこだわりの厳選素材を 使用したコース	ヘルシーオーダー		結城市結城8620-36	0296-32-8402	月曜日定休	11:30~22:00		筑 西
126	有限会社 三光給食	弁当(和・洋・中華)	ヘルシーメニュー 当店独自の取組		結城市若宮10-29	0296-33-2611	日曜・祭日	お問い合わせ時間 9:00~16:00	http://www.dinnerservice.co.jp	筑 西
127	ARTISAN Patisserie ITABASHI	フランス菓子・フレンチ	当店独自の取組		結城市結城8782-5	0296-34-0070	月曜日	10:00~19:00	http://www.patisserie-artisan.com/index.html	筑 西

128	PIZZERIA ZUCCA	イタリアン	ヘルシーオーダー 当店独自の取組		結城市中央町1-8-3	0296-33-7007	無休	ランチ(月~土)11:30~15:00 ディナー(月~金)15:00~17:30 ディナー(月~金)17:30~ 22:00 (土)15:00~22:00 (日・祝)11:30~22:00		筑 西
129	茨城県県西生涯学習センター 喫茶コーナー「楡の木」	カレーライス、ハンバーグ定食 ラーメン、うどん、そば コーヒー、紅茶、アイスクリーム チーズケーキ	ヘルシーオーダー		筑西市野殿1371	0296-24-1151	毎週月曜日 (祝日の場合は翌日) 年末年始	11:30~17:00	http://www.kensei.gakusyu.ibk.ed.jp	筑 西
130	株式会社NECライブックス NECプラットフォームズ茨城食堂	おすすめバランスセット カフェテリア、麺類、カレー	栄養成分表示 ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー(野菜)		筑西市関館367-2	0296-37-4517	事業所休業日	11:30~12:55 18:30~18:55	http://www.neclivex.co.jp/index.html	筑 西
131	DINING SPACE Souts kutte		ヘルシーオーダー		筑西市外塚628	0296-25-1378	日曜日	11:30-14:30 18:00~20:00		筑 西
132	有限会社 甘茶や 彩	和・洋・中華・スイーツ	ヘルシーオーダー		筑西市菅谷1692	0296-25-3128	月曜日 (祝祭日は営業)	10:00~21:00	http://www.amachaya-sai.com	筑 西
133	筑西合庁食堂 あじさい	日替わり、ラーメン、カレー、麻婆豆腐	ヘルシーオーダー 当店独自の取組		筑西市二木成 615(合同庁舎内)	0296-23-9325	土・日・祭日	月~金 11:30~13:30		筑 西
134	花むすび	ごはん・うどん	ヘルシーオーダー		筑西市甲727番地	0296-22-2630	日曜日	7:00~22:00		筑 西
135	ORANGE CAFÉ LOG	週替わりランチプレートメニュー	ヘルシーオーダー		筑西市下岡崎2-4-9	0296-25-3224	日・第1月曜日 12月16日・2月27日	月~木 11:00~18:00 金・土 11:00~21:00	http://www.orangecafe2004.com/	筑 西
136	酒彩家 はがん	魚料理、焼き鳥	ヘルシーオーダー		〒308-0041 筑西市乙883	0296-25-3011	不定休	ランチ11:00-14:00 平日のみ17:00-24:00	http://www.hagan-kei.net/	筑 西
137	ナチュラルセンス いのせ	和食(コース料理のみ提供)、イタリア ン、フレンチ、中華	ヘルシーオーダー		308-0856 筑西市伊佐山125	0296-28-0400	月曜日	ランチ11:00-14:30(土日祝) 11:00-15:00(火~金) ディナー17:30-22:00(火~日)		筑 西
138	焼肉レストラン 一喜	焼肉	ヘルシーオーダー 当店独自の取組		桜川市真壁町古城240-2	0296-55-3737	水曜日	11:00~22:00	Ikki-ten@cube2003.net	筑 西
139	ゆららの湯	すいとん、定食、ラーメン、 惣菜、大皿生野菜	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー 当店独自の取組		桜川市上野原地新田241	0296-76-5016	年中無休	月~木、日11:30~22:00 金、土11:30~22:30	http://www.ucity298.ecnet.jp/	筑 西
140	薬膳中華茶房 三笠	薬膳中華料理	ヘルシーオーダー		桜川市本木1	0296-54-5009	火曜日	ランチ11:00-14:00 ディナー17:00-21:00		筑 西
141	日本ハムファクトリー株式会社 茨城工場 給食施設	肉、魚料理	栄養成分表示 ヘルシーオーダー		筑西市みどり町2-8-19	0296-25-3313	日・水 (水は月1回程度休み)	11:00-14:00		筑 西
142	TORATTORIA Ryou59	パスタ	ヘルシーオーダー		筑西市丙209-13	0296-54-4090	水	11:30-14:00 17:00-21:30	http://www.ryou59.com/trattoria/	筑 西
143	中国料理 玉龍	チャーハン・担々麺	ヘルシーオーダー		筑西市丙102-1	0296-22-7000	月	11:30-15:00 17:30-22:30 日曜夜のみ予約制	http://www.yu-long.jp	筑 西
144	吉野農園ベジカフェ	トマトカレー。トマトソースのオムライ ス。プレート	ヘルシーオーダー 当店独自の取組		筑西市玉戸1270-1107	0296-25-3504	日	11:30-14:30	http://www.voshino-nouen.com	筑 西
145	うまいや	和食	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー 当店独自の取組	ヘルシー弁当 野菜たっぷりコース	桜川市西桜川3-16	0296-76-0440	日・祝日	11:00-14:00 売切れ次第閉店		筑 西
146	IL GATTINO	イタリアン(ピッツァ・パスタ)	ヘルシーオーダー 当店独自の取組			0296-34-0100	月曜ディナー・火曜	11:30~15:00 18:00~ 21:00	http://www.il-gattino.com	筑 西
147	カフェ・フレスカ	ランチセット	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		常総市水海道山田町836-3	0297-21-5418	不定休(主に月曜日・ 第三日曜日)	11:00~16:00 (L.O 15:00)	http://www.cafe-fresca.com/	常 総
148	株式会社LIXIL岩井工場内 名阪食品株式会社	定食2種、丼、カレー、麺類	ヘルシーオーダー		坂東市幸神平8	0297-20-8735	日曜日・火曜日	12:00~13:00		常 総

149	エヌ・イーケムキャット(株) つくば事業所	定食・麺類・カレー	栄養成分表示 ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		坂東市幸神平25-3 つくばハイテクパークいわい	029-735-3155	土・日・祝日	12:00~13:00		常 総
150	農家レストラン どんぐりてい	常陸秋そば, 定食, 米粉を使用した菓子	当店独自の取組		坂東市弓田289-2	0297-35-2240	月・火・水曜日	11:00~15:00 17:00~21:00(予約のみ)	http://www.donguritei.jp/	常 総
151	ビストロ ウッドファーム	フレンチ	ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー		下妻市南原62-3	0296-44-0891	月曜日	11:30~14:00 18:00~22:00		常 総
152	イタリアンレストラン プリマベラ	スパゲッティ	ヘルシーメニュー		古河市錦町1-84	0280-22-1185	月曜・火曜 定休	ランチ11:30~14:00(L.O) ディナー18:00~20:30(L.O)	www.sanyoh.jp/primavera/	古 河
153	イタリア料理 マルミッタ	イタリア料理	ヘルシーメニュー ヘルシーオーダー 当店独自の取組		古河市緑町45-4	0280-33-5808	日曜日	ランチ 11:30~14:00 カフェ 14:00~17:00 ディナー 17:30~21:00 L.O	http://www.la-marmitta.com/	古 河
154	肴町 米銀	弁当店	ヘルシーオーダー 当店独自の取組		古河市中央町3-1-43	0280-22-0384	無休	9:00~18:00	http://www.komegin.co.jp/	古 河
155	レストランSUNROSE	ハンバーグ	ヘルシーオーダー		古河市中央町3-2-5	0280-22-0238	木曜日	11:00~15:00 18:00~23:00	—	古 河
156	御馳走番所 米銀	弁当店	ヘルシーオーダー		古河市本町1-1-15VAL古河内1階	0280-31-5575	無休	10:00~20:00		古 河
157	Silence	三段重のお弁当(ランチ)	ヘルシーオーダー 当店独自の取組		古河市本町4-6-9	080-2079-5260	日曜・第1月曜	11:00~20:00 (19:00ラストオーダー)	http://hors-du-temps.iugem.jp/	古 河
158	room'z	カレーセット, パスタセット ケーキセット	ヘルシーメニュー提供店 (野菜たっぷり)		古河市本町4-6-20	0280-23-2319	毎週水曜日	日・月・火11:00~18:00 木・金・土11:00~16:00, 18:00 ~22:00	http://www.e-koga.info/detail/hvoushi.php?KOTEN_NO=235	古 河
159	Cafe MaRe	ピザ・パスタ・ワンプレート	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり) ヘルシーオーダー		古河市下片田719-10	0280-76-3345	第3火曜日・毎週水曜日	月・火・木11:00~20:00 (19:30ラストオーダー) 金・土・日11:00~21:00 (20:30ラストオーダー)		古 河
160	光風貴楼	野菜たっぷり ヘルシー弁当	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり) ヘルシーオーダー		境町新吉町1452-15	0280-87-0002	火曜日	10:00~21:00		古 河
161	唐草	パスタピザ, 肉・魚料理	ヘルシーオーダー		古河市中央町3-10-21	0280-22-0330	月曜日	11:00~15:00, 17:30~21:30	http://www.kogakanko.jp/karakusa/index.html	古 河
162	和食処 麦とろ 静	麦とろめし・定食・丼物	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり) ヘルシーオーダー		古河市新久田289-2	0299-48-3243(代表)	水曜日	11:30~14:30 17:00~22:00		古 河
163	Kitchen Lisha	台湾料理	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		古河市長谷町36-1	0280-22-3100	火・水・木曜日	11:30~20:30		古 河
164	道の駅 まくらがの里こが	洋食, 丼もの, 麺類, パン	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり) ヘルシーオーダー		古河市大和田2623	0280-23-2661	年中無休	10:30~20:00 (19:30ラストオーダー)	http://www.dynac-japan.com/michinoeki-koga/	古 河
165	将軍味噌らめめん三國	ラーメン	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり)		古河市上辺見236	0280-33-0338	年中無休	11:30~14:30/ 17:00~21:30	http://mikuni-men.jp/	古 河
166	サンバーグ(株)内 社員食堂 フジ産業(株)									古 河
167	アイオン(株)関東工場内 社員食 堂 新東京食品産業株式会社									古 河
168	ヤクルト・マネジメント・サービス 茨城営業所		栄養成分表示		五霞町大字川妻1232-1					古 河
1	いばらきコープ生活協同組合 (県内全4店舗)	惣菜・弁当	栄養成分表示 当店独自の取組		小美玉市西郷地1703(代表)	0299-48-3243(代表)	年中無休	店舗ごとに異なるため HPをご参照ください	http://ibaraki.coopnet.or.jp/	保健予防課

2	株式会社カスミ (県内全98店舗)	惣菜・弁当	栄養成分表示 ヘルシーメニュー (脂肪控えめ)		つくば市西大橋599番地1(代表)			店舗ごとに異なるためHPをご参照ください http://www.kasumi.co.jp/tenpo.html	http://www.kasumi.co.jp	保健予防課
3	イオンリテール株式会社 (県内イオン15店舗)	惣菜・弁当	ヘルシーメニュー (野菜たっぷり・塩分控えめ)		東京都千代田区神田錦町1-1	029-855-0168(代表)	年中無休	店舗ごとに異なるためHPをご参照ください	http://www.aeon.jp/	保健予防課
4	(株)セブン-イレブン・ジャパン (県内全613店舗)	おにぎり・弁当・サラダ 惣菜・麺類・サンドイッチ等	栄養成分表示		水戸市大工町1-2-3トモスミと7F (水戸地区事務所)	029-231-6101 (水戸地区事務所)	年中無休	24時間営業	http://www.7andi.com/	保健予防課
5	株式会社とりせん (県内10店舗)	惣菜・弁当	当店独自の取組		群馬県館林市下早川田町700(本社)	0276-74-2120(代表)	年中無休 (1月1日は除く)	店舗ごとに異なるためHPをご参照ください	http://www.torisen.co.jp	保健予防課
6	株式会社ファミリーマート (県内8店舗)	弁当・惣菜等	栄養成分表示		埼玉県さいたま市浦和区常盤4-1-1 浦和システムビルディング2F(代表)	048-822-1326(代表)	年中無休	24時間営業	http://www.family.co.jp	保健予防課
7	宅配クック123(ワン・ツウ・スリー) (県内7店舗)	弁当・惣菜等	栄養成分表示 ヘルシーオーダー ヘルシーメニュー (エネルギー・塩分・脂肪 控えめ) 当店独自の取組		東京都港区三田3-12-14 ニッセン三田ビル6F(代表)	03-5427-3981(代表)	正月の三が日	9:00～18:00	http://www.takuhaicook123.jp/	保健予防課

※「公開可」の店舗のみ掲載