



ホルモンらーめん
860円(税込)

かぐら
麺屋 火蔵 ☎0142-82-3715



住所：伊達市舟岡町200-4
営業時間：11：00-15：00(平日)
17：00-21：00(平日)
11：00-21：00(祝・土・日)
定休日：水曜日



読者
プレゼント
4番

伊達インター通りから海側の黄色い看板、「らーめん」が目立つ！
暑い時には熱いラーメンを！
『麺屋火蔵(かぐら)』には、夏にこそ食べたいラーメンがあります♪
おすすめは、ホルモンらーめん！汗と共にミネラルが失われやすい夏には、鉄・亜鉛・銅など栄養たっぷりなホルモンが最高＆みそ味のスープも相性バッチリ☆
スタミナ満点で元気百倍！サイドメニューもイロイロあります♪



レバニラ炒め
900円(税込)

つくつく
中国料理 亞亞 ☎0143-44-2266



住所：室蘭市日の出町2-10-2
営業時間：11：30-14：00
17：00-21：00
定休日：水曜日



読者
プレゼント
5番

まろやかなレバーと、野菜のシャキシャキとした食感も楽しめるレバニラ炒めはいかがりレバーには多くの鉄分、ニラにはたっぷりのカロテンが含まれているから、まさしく暑い夏に負けない体づくりにピッタリ！レバーが苦手という方もご安心ください♪
『亞亞』のレバニラ炒めは臭みが少なくあっさり味の付けだから、すごく食べやす〜い☆美味しい！
夏のパワーアップに是非どうぞ♪



よだれ鶏
580円(税別)

まりか
中国料理 万里香 ☎0143-50-6682



住所：室蘭市高砂町5-17-18
営業時間：11：00-14：00
17：00-23：00
定休日：火曜日



読者
プレゼント
6番

室蘭市高砂町に6月中旬OPENしました！
使用している調味料は全て自家製で、他の中華料理屋とは一味違った料理が楽しめます。オススメのよだれ鶏、見た目は辛そう！でも意外と辛くない♪さっぱりと食べられて、どこかクセになる味☆これは暑い日のビールがすすみます！
また、ランチメニューも豊富に15種類、680円(税別)からご用意していますので、ぜひ一度ご利用下さい！



ローストビーフ丼(漬物・サラダ・スープ付)
880円(税込)

はな
ジュジュハウス HANA ☎0143-57-6318



住所：室蘭市輪西町1-36-2 レストラン蘭亭隣り
営業時間：11：30-13：30
17：00-21：30
定休日：月曜日(不定休あり)



読者
プレゼント
7番

輪西の老舗「蘭亭」が厳選した、上質なお肉で炭火焼肉を楽しめる『ジュジュハウスHANA』。
黒毛和牛をはじめ、様々な部位を取り揃えているので、アナタが初めて味わうお肉もあるかもしれません♪
ランチメニューのオススメ、ローストビーフ丼は脂が少ない柔らかい肉を選んで、じっくりとオープンで熟成させながら焼いた逸品！肉の旨味を存分に味わってパワーをもらっちゃって☆

疲れた スタミナ料理 体に！

今年の夏は暑さと涼しさの繰り返し…そして雨も！なんだか体がダルいなあ…。
それ、夏バテじゃない？
ちょっとカラダに気合いとパンチを入れて！ガツンと食べたら気分も上がって元気が出るかも♪せっかくの夏だもの、スタミナ料理でテンション上げて楽しもう☆

読者プレゼント
いずれかの掲載店で使える「お食事券1,000円分」を
なんと各店1名様に抽選でプレゼント！

※くわしくはプレゼント枠をみてネット♪



ハックルベリーセット 2〜3名様用
3,980円(税別)

焼肉工房ハックルベリー ☎0143-82-2989



住所：登別市若草町2-13-8
営業時間：17：00-23：00 (L.O.22：30)
定休日：年中無休(年末は30日まで)



読者
プレゼント
1番

夏バテ気味で食欲が…。でも、焼肉の香りって不思議と食欲をそそられる♪みんなでワイワイ焼肉を食べれば夏の疲れも吹っ飛びます！
『ハックルベリー』では注文を受けてからお肉の量に合わせてタレを調合・味付けをする一丁付け。手間はかかるけど美味しい焼肉を食べてもらいたい一心でこの手法にこだわり続けています！
食べ放題プラン2,580円(税別)のほか、宴会プランや学生プランなど各種ご用意しております♪



竹うな重
2,570円(税別)

うなぎの塩釜 ☎0143-24-6111



住所：室蘭市中央町2-2-15
営業時間：11：00-21：00
定休日：水曜日



読者
プレゼント
2番

旨いなぎ、ここにあり！
室蘭市中央町の創業80年になる老舗『うなぎの塩釜』のうな重は、特・松・竹・梅の4種類。脂ののった静岡県産のうなぎに、創業当時から守り続ける秘伝のタレを幾度となく絡ませ、じっくりと焼き上げます。ふっくらとしたうなぎとご飯、そしてタレの香ばしい風味がプラスされてうなぎの旨さは最高潮！
各種定食メニューも豊富なのでお好みに合わせてどうぞ♪



ステーキ丼
1,200円(税込)

さわみ
肉の極 ☎0143-46-4129



住所：室蘭市中島町1-24-1 グリンデパート内
営業時間：10：00-18：30
定休日：第2水曜日



読者
プレゼント
3番

夏の疲れにはやっぱり「肉」が一番！
肉の目利きには絶対の自信を誇るオーナーオススメの最上級A5ランク、白老牛のステーキ丼！とても柔らかく、まろやかでジューシー♪
タレとガーリックチップの相性も良く、食欲が止まりません！
他にも白老牛のカルビ丼、牛丼、女性にオススメなレディース丼などが600円(税込)のお手頃価格☆イトイン・持ち帰り、どちらもOKなので出来立てを召し上がれます♪