

## 食工房 アスコット

☎0143-44-1560



📍 室蘭市高砂町5-8-10 📅 木曜日  
🕒 昼11:30-15:00  
夜17:30-22:00



オススメしたいのは特製ビーフシチュー。ぐつぐつと煮えるデミグラスソースにじっくり煮込まれた牛バラ肉がごろごろ♪肉の食感を残す赤身部分と、とろとろに柔らかい脂の甘味のバランスが最高☆  
サラッと甘めのデミグラスソースの下にはスパゲッティ!なんだか得した気分♪ボリュームがあるのにしっかり完食!最後までアツアツのまま美味しさを堪能できます!

## ビストロ カプリーチェ

☎0143-83-7544



📍 室蘭市中島町1-36-11 📅 火曜日  
🕒 昼11:30-14:30 (L.O.13:45)  
夜17:30-21:30 L.O.



自家製デミグラス煮込みハンバーグが絶対オススメ!十勝豊西牛100%の手ごねハンバーグはふっくら柔らかく、牛スジ肉のスープでコトコト煮込んだデミグラスとの相性は抜群♪滑らかな舌触りとコクがある!エリンギやブロッコリー、じゃがいもなど野菜もたっぷり。  
お好きなランチセットにプラス650円で、シェフおまかせ前菜盛り合わせと、お好きなデザートをつけてプレミアムランチセットにもできます♪



特製ビーフシチュー  
(ライス・スープ付き) 1,480円 (税込)



自家製デミグラス煮込みハンバーグ  
(ライス付) 1,200円 (税込)

## 三勝

☎0143-22-8890



📍 室蘭市中央町1-3-12 📅 日曜日  
🕒 11:00-18:00



熱々の鍋蓋をあけるとふわ〜とカツオ出汁の良い香り♪寒い日のランチにはなべ焼きうどんがサイコー!海老とお葱、野菜類と半熟玉子!この半熟卵に麺を絡めながら食べるのが好き♪  
うどんはコシのあるプリプリ食感でつるつると口の中に納まります。  
家庭のお昼ご飯でも馴染みのあるうどんはシンプルで日常的。でも体の冷えた時には満足感が得られる絶対的なメニューですよね☆

## ファミリーレストラン 若鶴

☎0143-27-3141



📍 室蘭市絵鞆町1-12-17 📅 火曜日  
🕒 昼11:00-15:00  
夜17:00-20:30



寒くなってきたらコレが恋しい☆いぶりの味100選にも選ばれた「若鶴ちゃんぽん」!  
イカ、エビ、シイタケ、筍、豚肉など具だくさんの野菜と海の幸・山の幸がいっぱい♪それらを熱々のあんかけスープがひとつにまとめ、特注の太縮れ麺と絡み合せて、身体も心もポッカポカになります!  
室蘭のソウルフードを堪能したくなったら『若鶴』にぜひ行ってみたい!



なべ焼うどん  
700円 (税込)



若鶴ちゃんぽん  
910円 (税込)

## MIRUGO -ミルゴ-

☎0143-57-5329



📍 登別市常盤町5-19-1 📅 土・日・月  
🕒 冬期営業時間11:00-15:00 (L.O.14:45)  
※ランチタイム11:00-15:00 (L.O.14:30)



今年3月にオープンした韓国美容ランチが頂けるカフェです♪  
10月から始まった冬季限定の海鮮チゲランチはエビやイカ、アサリ、鱈などの魚介がたくさん入った豪華なチゲ鍋。海鮮の出汁がギュギュッと詰まったチゲスープは絶品です!  
お好みに合わせて辛さも選べるので、ちょい辛も激辛も思いのままどうぞ!これからの寒い時期はチゲランチでホカホカしませんか?

## レストラン ポプラ

☎0143-84-2205



📍 登別市登別温泉町76 滝本イン内 📅 水曜日(昼食のみ)※11月より年中無休  
🕒 11:30-14:00 (L.O.13:30)



オススメするのは土鍋に入った北海道牛のハヤシライス!牛サーロインと玉ねぎ、マッシュルームなどをデミグラスと赤ワインでじっくり煮込み、旨味とコクを十分に引き出した贅沢な味♪ニンジンとブロッコリーはコンソメの優しい味、仕上げのトマトは酸味が優しくひろがり、後味をすっきりさせてくれます☆12月末まではサラダ付きのサービス!  
日帰り入浴券とのお得なセットもあります。これでお腹も体も大満足!



海鮮チゲランチセット  
(デザート・ドリンク付)1,300円 (税込)  
※辛い・辛い・とても辛いからお選び頂けます。



北海道牛のハヤシライス  
1,250円 (税込)



## カラダ あったか ランチ 特集

冷えた体を温めてくれる、あったかメニュー♪  
熱々ランチでお腹の中からしっかりと温めると、その熱は体全体に巡ってたちまちホカホカに☆凍えて凝り固まったカラダをほぐしてくれるようなメニューを集めました。  
胃腸が冷えると消化機能が弱くなり、風邪もひきやすくなります。体を温めて免疫力もUP!!

## 読者プレゼント

いずれかの掲載店舗で使用できるお食事券1,000円分を各店2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♪