

「鹿児島県のウェルネススポット」（飲食店）

地区	施設名	住所	連絡先	お店のPR	ヘルシーメニュー		写真
					メニュー名	紹介文	
鹿児島	薩摩串木野 まぐろの館	いちき串木野市八房3141-1	0996-29-5517	まぐろの館は、建物も実際のまぐろ漁船そのまま。1階はマグロ刺身や水産加工品を扱う物産館。2階は、まぐろ料理専門のレストラン・美味しいまぐろが待っています。	ヘルシーまぐろ ぶつ切り定食	ヘルシーなまぐろの刺身に野菜メニューを添えて、バランスの良い定食になっています。	
鹿児島	農家レストランほっとかん	日置市東市来町長里2481-1	099-274-5529	放し飼いの鶏農家です。農園の鶏卵野菜を中心に約20種類の料理をビュッフェスタイルにて提供しています。味のベースは、丸鶏の出しです。薄味で、素材の味を引き立てます。	鶏飯 ベジスープ	丸鶏の出しと、無添加の調味料で、仕上げるご飯にかけるスープは、お代わりしたくなる優しい味。また、季節のスープは野菜の茎、葉皮など、捨てそうになる部分から野菜出しを抽出して無駄なく、頂きます。季節の野菜を、まるごと頂く野菜スープは人気メニューです。	
鹿児島	café ONE LOVE	いちき串木野市湊町2649-1	080-8356-6824	静かな店内で流れる音楽を聴きながらくつろげる空間です。お子様でも気軽に庭を眺めながら食事ができるカウンター席もあります。	サーモン フライボール	とんかつソースとすりゴマをほどよくブレンドし、サーモンフライにかけました。半熟卵と野菜サラダもついています。	
鹿児島	海鮮まぐろ家	いちき串木野市上名3018-3	0996-33-5015	漁協直営のレストランで所属する沿岸漁業者が漁獲した新鮮な地魚とマグロ漁業者が漁獲した安心・安全なマグロをメイン食材とした海鮮料理・マグロ料理を提供しています。 平成30年に栄養及び生活習慣病関連の複数学協会から構成される「健康な食事・食環境」コンソーシアムが認証するスマートミールの2つ星店に認定されました。	ミニまぐろ丼ヘルシー セット	いちき串木野市の特産品である「まぐろ」を井とカツの両方で楽しむことができるメニューになっています。サラダなどの野菜をたっぷり添えて、バランスのよいメニューにしました。	
鹿児島	はしまごはん処たもいや。	いちき串木野市羽島5397-3	0996-35-0153	いちき串木野市の薩摩藩英国留学生記念館の近くにあり、地元食材を使用した定食などを提供しています。 平成30年に栄養及び生活習慣病関連の複数学協会から構成される「健康な食事・食環境」コンソーシアムが認証するスマートミール2つ星店に認定されました。	EATdeたもいや定食	羽島産の食材を使ったバランスのよい手作り定食です。おふくろの味で、だし汁や香辛料を使い、ゼリー状の手作りドレッシングでサラダをお召し上がりいただくなど、食塩の量は控えながらも物足りなさを感じることなく、お召し上がりいただけるよう工夫してあります。	