

# 坂戸市食を通じた健康づくり応援店



坂戸市では、①、②に該当するメニューや食品を提供する店舗を「食を通じた健康づくり応援店」として認定しています。

- ①葉酸を多く摂取できる加工食品又は料理
- ②栄養に関して工夫し、健康に配慮した加工食品又は料理

※No.30~39は、販売のみの店舗です。

営…営業時間 休…定休日 所…所在地 ☎…電話番号

**1 アーリーバードカフェ**  
 営 平日9:30~14:00、土日祝7:30~17:00 ※ドリンク終日21:00まで  
 休 年中無休  
 所 中小坂934  
 ☎ 049-289-8881  
 満開サラダうどん

**9 ギャラリー&カフェ れ・ぼぬう**  
 営 11:00~17:00  
 休 日曜日、月曜日、土曜日  
 所 泉町5-8  
 ☎ 049-281-3285  
 五穀米カレー

**17 食べものや 大きなかぶ**  
 営 11:30~17:30  
 休 不定休  
 所 芦山町1-2文化施設オルモ内  
 ☎ 049-282-6867  
 葉酸ヘルシー御膳

**25 福祿寿 らいか**  
 営 11:30~14:00  
 17:30~22:00  
 休 月曜日、火曜日  
 所 日の出町2-12  
 ☎ 049-281-0164  
 酸辣湯麵

**33 女子栄養大学 代理部(サムシング)**  
 営 9:00~11:30  
 12:30~17:00  
 休 土曜日、日曜日、祝日  
 所 千代田3-9-21  
 ☎ 049-281-3013  
 さかど葉酸醤油ドレッシング

【39店舗・64品目】  
 令和6年4月9日現在



**2 石窯パン工房 サンメリー坂戸店**  
 営 平日9:00~19:00  
 土日祝8:00~19:00  
 休 1/1  
 所 につさい花みず木7-3  
 ☎ 049-281-0409  
 さかど葉酸ブレッド

**10 ぎょうざの満洲 坂戸駅店**  
 営 11:00~21:00(20:30 LO)  
 休 1/1、1/2  
 所 日の出町1-1-2F  
 ☎ 049-288-5255  
 レバニラ炒め

**18 手打そば 蕎彩庵**  
 営 11:00~14:30(蕎麦がなくなり次第終了)  
 日曜日、月曜日、火曜日(その他不定休あり)  
 所 戸宮226-3  
 ☎ 049-289-7867  
 野菜天ぷらもりそば

**26 穂久柳**  
 営 10:30~14:30  
 17:00~要連絡  
 休 火曜日、第3水曜日  
 所 芦山町30-8  
 ☎ 049-284-3979  
 タマシヤモスティーキセット

**34 せんし堂薬局 一本松店**  
 営 9:00~18:30  
 (木曜日のみ17:00 閉店)  
 休 日曜日、祝日  
 所 厚川14-23  
 ☎ 049-298-7491  
 さかど葉酸たまご

**3 イタリア料理 リストランテ アルピノ**  
 営 11:30~14:30(14:00 LO)  
 17:30~(19:00 LO)  
 休 日曜日、月曜日  
 所 南町17-1  
 ☎ 049-289-5535  
 お手軽パスタランチ(海の幸山の幸のトリスパゲッティ)

**11 ぎょうざの満洲 坂戸につさい店**  
 営 10:30~21:00(20:30 LO)  
 休 1/1、1/2  
 所 につさい花みず木1-4-1  
 ☎ 049-288-6610  
 GP(ゴールデンポーク)レバニラ炒め

**19 手打そば 悠**  
 営 11:30~15:00  
 17:00~21:00  
 休 火曜日  
 所 千代田1-14-6千代田マンション101  
 ☎ 049-282-6666  
 地鶏せいり

**27 (有)みながわ**  
 営 10:00~19:00(うどんの提供は木・金の11:00~13:00のみ)  
 休 土曜日  
 所 西坂戸3-2-12  
 ☎ 049-286-9821  
 手打ちさかどのうどん

**35 富久屋乙御前**  
 営 9:00~19:00  
 休 水曜日  
 所 薬師町13-15  
 ☎ 049-284-5181  
 どら焼き

葉酸は、ほうれん草やブロッコリーなどのみどり色野菜や豆類、海藻等に含まれている水溶性のビタミンB群の一種です。

坂戸市では、野菜などから葉酸を1日400μg(マイクログラム)を目標に掲げることを呼び掛け「坂戸市葉酸プロジェクト」に取り組んでいます。  
 ※1μgは100万分の1gです。  
 「食を通じた健康づくり応援店」で提供している、①葉酸を多く摂取できる加工食品又は料理には一食あたり120μg以上の葉酸を含みます。(認定要件)



**4 江戸屋**  
 営 11:00~14:30  
 17:00~21:00  
 休 土曜日  
 所 千代田2-6-77  
 ☎ 049-283-5902  
 葉酸もりうどん

**12 COUCOU(くう)**  
 営 11:00~18:00  
 休 月曜日  
 所 につさい花みず木5-6-7-101  
 ☎ 049-298-4910  
 ラザニャーパンケーキのサラダセット

**20 手造りラーメン 幸楽**  
 営 11:00~14:00  
 17:00~21:00  
 休 日曜日  
 所 関間1-1-1  
 ☎ 049-282-2073  
 ニらそば

**28 焼肉やっちゃん**  
 営 平日 16:00~深夜2:00  
 土日 11:30~深夜2:00  
 休 水曜日  
 所 薬師町17-21  
 ☎ 049-284-0925  
 やっちゃん定食

**36 武藤養鶏場**  
 営 8:00~19:00  
 休 年中無休  
 所 多和目139  
 ☎ 049-285-0256  
 さかど葉酸たまご

**5 かつら寿司**  
 営 17:00~翌1:00(24:00LO)  
 休 不定休  
 所 関間1-8-14  
 ☎ 049-282-0258  
 かつら特製太巻き

**13 グルト**  
 営 11:00~16:00(15:20 LO)  
 休 不定休  
 所 西坂戸3-6-16  
 ☎ 070-4024-4752  
 米粉カヌレ

**21 デリカショップ キャリオカ**  
 営 お問い合わせください  
 休 水曜日、木曜日  
 所 薬師町2-18  
 ☎ 049-283-4285  
 オイルサーフィンとケッパーのトマトソーススパゲッティ

**29 ラ・クチーナ エスプレッサ**  
 営 17:00~23:00(22:30 LO)  
 休 月曜日、火曜日  
 所 千代田3-22-18コスモ若葉ステーションアベニュー1F  
 ☎ 049-281-1166  
 テテ・ド・モアンヌチーズ卵焼き

**37 城山たまご たまご工房**  
 営 8:00~19:00  
 休 年中無休  
 所 多和目139  
 ☎ 049-285-0256  
 シフォンケーキ

健康づくり応援店は、随時募集中です！  
 ご興味のある店主さんは、下記までご連絡ください。



**6 café IWAIDURA**  
 営 10:00~18:00  
 休 日曜日、祝日  
 所 西坂戸3-5-11  
 ☎ 049-286-9312  
 鶏肉のソイシチュー

**14 けやき**  
 営 11:00~22:30(22:00LO)  
 休 木曜日  
 所 薬師町12-2  
 ☎ 049-281-1979  
 ファルシー

**22 Natural・木**  
 営 お問い合わせください  
 休 水曜日  
 所 につさい花みず木2-8-7  
 ☎ 049-282-7335  
 準備中

**30 お菓子の家 PAOPAO**  
 営 平日10:30~18:30  
 土日祝10:00~18:30  
 休 不定休  
 所 につさい花みず木4-6-2  
 ☎ 049-282-8080  
 PAOPAOロール

**38 ラ・シルフィード**  
 営 平日10:00~18:00  
 土日祝10:00~15:00  
 休 月曜日  
 所 末広町11-22  
 ☎ 049-290-8777  
 葉酸パンドミ

**7 喫茶 ろーず**  
 営 11:30~14:30  
 休 日曜日、祝日  
 所 日の出町2-20  
 ☎ 049-283-0234  
 野菜たっぷり日替わりランチ

**15 食堂KOYOMI**  
 営 11:30~15:00(14:00 LO)  
 17:30~20:00(19:00 LO)  
 休 火曜日、第2月曜日  
 所 薬師町22-3 第三石田ビル102  
 ☎ 049-283-7894  
 鶏の塩麹唐あげと茄子の南蛮たれ定食

**23 なにかや松肇**  
 営 17:30~24:00  
 休 木曜日  
 所 日の出町13-22  
 ☎ 049-281-1824  
 だし巻き玉子

**31 オルプロート**  
 営 7:00~21:00  
 休 日曜日  
 所 緑町2-1  
 ☎ 049-281-1121  
 さかど葉酸ブレッド

**39 和菓子処 さかど**  
 営 9:00~17:00  
 休 月曜日  
 所 末広町5-17  
 ☎ 049-289-2227  
 さかちどら

**8 キッチン たあ〜きい〜**  
 営 11:30~14:00  
 17:00~21:00  
 休 月曜日、第4火曜日  
 所 千代田2-24-4  
 ☎ 049-284-6369  
 肉と野菜のハーモニー(鶏肉)

**16 そうま 坂戸店**  
 営 11:00~21:30(21:00 LO)  
 休 12/31、1/1  
 所 中富町65-5  
 ☎ 049-288-0112  
 EDAMAMEポンパー

**24 日本そば 砂場**  
 営 11:00~21:30(20:30 LO)  
 休 木曜日(祝日の場合は営業)  
 所 北大塚459-6  
 ☎ 049-289-3788  
 葉酸たっぷり野菜天ぷらそば

**32 JAいるま野 坂戸農産物直売所**  
 営 9:00~17:00  
 休 火曜日  
 所 千代田1-4-14  
 ☎ 049-281-1581  
 さかど葉酸たまご

<問合せ>  
 坂戸市立市民健康センター  
 健康政策係  
 埼玉県坂戸市大字石井2327-3  
 電話:049-284-1621

メニュー一覧は裏面をご覧ください。