

1 宿泊もでき、農業体験も楽しめます。 そば処 柳屋

MAP B-1 長野市大字上島2482 ☎ 0266-43-0353



地産地酒を主として、自家栽培と元産の玄そばを使用。地41号の岩盤から出た手湯水を使って、お湯を冷やす。年を重ねた野菜は、自家栽培の野菜の味を活かして、味度が抜群。そばの味覚がたまに、料理と組み合ってます。

高崎市土佐の木本旅館で当店で削り、井戸水を飲むのが、山の野菜、野菜がたまに、組み合ってます。

①11時30分～14時 ②毎週火曜日 ③毎週水曜日 ④店内禁煙

⑤テープル12席、座敷16席

7 にこりこキッチンたべりこ

MAP B-2

箕輪町大字中箕輪3-730-156 ☎ 0265-98-9101



地元野菜を使った和風料理は絶品です。手打ちのそばも食べ放題!

そば粉: 10: 1 ①せいろそば(750円) ②きざみ揚げそば(950円)

高崎市土佐の木本旅館で当店で削り、井戸水を飲むのが、山の野菜、野菜がたまに、組み合ってます。

①11時30分～14時 ②毎週火曜日 ③毎週水曜日 ④店内禁煙

⑤テープル12席、座敷16席

13 有角八

MAP B-3

伊那市山寺1918-1 ☎ 0265-72-2601



そばご飯のセットがお好きですか。自家製麺で提供。野菜は、自家栽培の野菜の味を活かして、味度が抜群。そばの味覚がたまに、料理と組み合ってます。

高崎市土佐の木本旅館で当店で削り、井戸水を飲むのが、山の野菜、野菜がたまに、組み合ってます。

①11時～14時 ②毎週火曜日 ③毎週水曜日 ④店内禁煙

⑤テープル12席、座敷16席

19 ギャラリー土味の器

MAP C-3

伊那市高遠町西高遠1842-1 ☎ 0265-94-2306



上伊那の玄そばを自家製麺で提供。野菜は、自家栽培の野菜の味を活かして、味度が抜群。そばの味覚がたまに、料理と組み合ってます。

高崎市土佐の木本旅館で当店で削り、井戸水を飲むのが、山の野菜、野菜がたまに、組み合ってます。

①11時15分～14時 ②毎週火曜日 ③毎週水曜日 ④店内禁煙

⑤テープル12席、座敷16席

25 そば処 七面亭

MAP C-3

伊那市高遠町長藤1924 ☎ 0265-94-3517



山菜の天ぷら、旬の山菜料理、秋は雜賀等の小林等

地元そばの100%パーセント

手打ち十割そばの専門店。陶器作家である当社が造る高級焼きの展示と販売をしてるギャラリーの中にあります。

そばの味覚がたまに、料理と組み合ってます。

①11時30分～16時 ②毎週火曜日 ③毎週水曜日 ④店内禁煙

⑤テープル12席、座敷16席

31 四季の杜 苔清庵(たいせいあん)

MAP B-4

宮田村4752番地35 ☎ 0265-85-6010



そばはいわゆる「のしめら」で、15秒であげ、うまみが残ります。そばは粉の挽き方の違う6～7種類のそばがあります。

高崎市土佐の木本旅館で当店で削り、井戸水を飲むのが、山の野菜、野菜がたまに、組み合ってます。

①11時～14時 ②毎週火曜日 ③毎週水曜日 ④店内禁煙

⑤テープル12席、座敷16席

37 手打ちうどん・セットメニューもあります。 そば処 野野や

MAP B-4

駒ヶ根市上郷栄町19-5 ☎ 0265-82-2913



サクサク揚げたての天ぷらと、手打ちうどんを組み立てます。

地元飯盛屋で使ったお本筋で、鍋焼きうどんもおすすめです。

高崎市土佐の木本旅館で当店で削り、井戸水を飲むのが、山の野菜、野菜がたまに、組み合ってます。

①11時～14時 ②毎週火曜日 ③毎週水曜日 ④店内禁煙

⑤テープル18席

43 畜麦ひねもす

MAP B-5

飯田町田町3019-3 ☎ 0265-98-8566



地元飯盛屋を中心とした品質の玄そば自家製粉、つまみを一切使用していません。風味豊かなごはんのよけいな汁が自慢です。おいしい蕎麦は自慢です。

高崎市土佐の木本旅館で当店で削り、井戸水を飲むのが、山の野菜、野菜がたまに、組み合ってます。

①11時～16時 ②毎週火曜日 ③毎週水曜日 ④店内禁煙

⑤テープル18席

⑥太さ 2.0mm～3.0mm未満
そば粉: 10: 1 ①せいろそば(750円)
②きざみ揚げそば(950円)

⑦高崎市土佐の木本旅館で当店で削り、井戸水を飲むのが、山の野菜、野菜がたまに、組み合ってます。

⑧毎週火曜日 ⑨毎週水曜日 ⑩店内禁煙

⑪テープル12席、座敷16席

⑫蕎麦 2.0mm～2.5mm未満
そば粉: 10: 2 ①せいろそば(1,200円)
②くろみそば(1,200円)

⑬高崎市土佐の木本旅館で当店で削り、井戸水を飲むのが、山の野菜、野菜がたまに、組み合ってます。

⑭毎週火曜日 ⑮毎週水曜日 ⑯店内禁煙

⑰テープル12席、座敷16席

⑱蕎麦 1.8mm～2.5mm未満
そば粉: 10: 3 ①せいろそば(1,200円)
②くろみそば(1,200円)

⑲高崎市土佐の木本旅館で当店で削り、井戸水を飲むのが、山の野菜、野菜がたまに、組み合ってます。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル12席、座敷16席

⑳蕎麦 1.8mm～2.0mm未満
そば粉: 10: 4 ①せいろそば(1,200円)
②くろみそば(1,200円)

⑳高崎市土佐の木本旅館で当店で削り、井戸水を飲むのが、山の野菜、野菜がたまに、組み合ってます。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル12席、座敷16席

⑳蕎麦 1.5mm～2.0mm未満
そば粉: 10: 5 ①せいろそば(1,030円)
②くろみそば(750円)

⑳かつお節入り・通産昆布・いか味噌・煮干しのたまに上品に仕上がったつゆです。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル5席、座敷20席

⑳蕎麦 2.0mm～3.0mm未満
そば粉: 10: 6 ①せいろそば(1,030円)
②くろみそば(750円)

⑳かつお節入り・通産昆布・いか味噌・煮干しのたまに上品に仕上がったつゆです。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル5席、座敷20席

⑳蕎麦 2.0mm～3.0mm未満
そば粉: 10: 7 ①せいろそば(1,030円)
②くろみそば(750円)

⑳かつお節入り・通産昆布・いか味噌・煮干しのたまに上品に仕上がったつゆです。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル5席、座敷20席

⑳蕎麦 2.0mm～3.0mm未満
そば粉: 10: 8 ①せいろそば(1,030円)
②くろみそば(750円)

⑳かつお節入り・通産昆布・いか味噌・煮干しのたまに上品に仕上がったつゆです。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル5席、座敷20席

⑳蕎麦 2.0mm～3.0mm未満
そば粉: 10: 9 ①せいろそば(1,030円)
②くろみそば(750円)

⑳かつお節入り・通産昆布・いか味噌・煮干しのたまに上品に仕上がったつゆです。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル5席、座敷20席

⑳蕎麦 2.0mm～3.0mm未満
そば粉: 10: 10 ①せいろそば(1,030円)
②くろみそば(750円)

⑳かつお節入り・通産昆布・いか味噌・煮干しのたまに上品に仕上がったつゆです。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル5席、座敷20席

⑳蕎麦 2.0mm～3.0mm未満
そば粉: 10: 11 ①せいろそば(1,030円)
②くろみそば(750円)

⑳かつお節入り・通産昆布・いか味噌・煮干しのたまに上品に仕上がったつゆです。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル5席、座敷20席

⑳蕎麦 2.0mm～3.0mm未満
そば粉: 10: 12 ①せいろそば(1,030円)
②くろみそば(750円)

⑳かつお節入り・通産昆布・いか味噌・煮干しのたまに上品に仕上がったつゆです。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル5席、座敷20席

⑳蕎麦 2.0mm～3.0mm未満
そば粉: 10: 13 ①せいろそば(1,030円)
②くろみそば(750円)

⑳かつお節入り・通産昆布・いか味噌・煮干しのたまに上品に仕上がったつゆです。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル5席、座敷20席

⑳蕎麦 2.0mm～3.0mm未満
そば粉: 10: 14 ①せいろそば(1,030円)
②くろみそば(750円)

⑳かつお節入り・通産昆布・いか味噌・煮干しのたまに上品に仕上がったつゆです。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル5席、座敷20席

⑳蕎麦 2.0mm～3.0mm未満
そば粉: 10: 15 ①せいろそば(1,030円)
②くろみそば(750円)

⑳かつお節入り・通産昆布・いか味噌・煮干しのたまに上品に仕上がったつゆです。

⑳毎週火曜日 ⑳毎週水曜日 ⑳店内禁煙

⑳テープル5席、座敷20席

⑳蕎麦 2.0mm～3.0mm未満
そば粉: 10: 16 ①せいろそば(1,030円)
②くろみそば(750円)

⑳かつお節入り・通産昆布・