

南部エリアMAP



南部エリア

- ① ジェフ 与那原店 P23
- ② らんらん家 P23
- ③ ケーキとたまごの店 CAKE & EGG P23
- ④ 美ら卵養鶏場 P23
- ⑤ ジェフ 豊見城店 P23
- ⑥ 笑輪咲 わらわさー P23
- ⑦ Herb Cafe UKON SALON はーぶかふえうこんさろん P24
- ⑧ レストラン サンピア (ユインチホテル南城 2F) P24
- ⑨ 展望ラウンジ感謝 (ユインチホテル南城 6F) P24
- ⑩ 南国フルーツパーラー JyoGoo P24
- ⑪ cafe 黄果報 KUGAFU P24
- ⑫ 山の茶屋 楽水 やまのちゃやらくすい P25
- ⑬ 洋風料理店 ビストロブーケ P25
- ⑭ 農業生産法人株式会社 伊江牛糸満直売店 P25
- ⑮ Vega&Sweets ブラウンシュガー P25
- ⑯ 炭火やきとり かん P25
- ⑰ 農家喫茶ミニガーデン果林 かりん P25
- ⑱ もずくそばの店 くんなとう P26
- ⑲ Trattoria Bar 慶留間 gnou ゲルマニオン P26

慶留間島

座間味村立慶留間中

ジェフ 与那原店



- おすすめ**
- ▶ ゴーヤーバーガー ¥300
 - ▶ めーやるバーガー ¥350
 - ▶ フライドチキン1ピース〜 ¥220〜

※すべて税抜。平成27年12月時点での価格

🏠 与那原町上与那原467 ☎ **098-945-3501**

FAX 098-945-3512

📅 年中無休

🕒 24時間

🌐 <http://www.yonabaru.jp/kigyo/jef.htm>

らんらん家



- おすすめ**
- ▶ 東浜ロール ¥1,050
 - ▶ らんらんプリン ¥150
 - ▶ ドーム型チーズケーキ ¥1,500

🏠 与那原町東浜87-13

☎ **098-946-9573**

FAX 098-946-9573

📅 毎週火曜日

🕒 11:00~20:00

🌐 <http://www.ranranya.com/>

ケーキとたまごの店 CAKE&EGG



- おすすめ**
- ▶ バニラシフォンケーキ ¥800
 - ▶ 詰めたてシュークリーム(SAKU SAKU CHOU) ¥120〜
 - ▶ 美ら卵ロールケーキ ¥1,260

🏠 南風原町字照屋361番地 ☎ **098-889-8653**

FAX 098-889-8653

📅 火曜日

🕒 11:00~19:00

🌐 <http://m-eggghouse.com/>

✉ info@m-eggghouse.com

ちゅ たま 美ら卵養鶏場



- おすすめ**
- ▶ バニラシフォンケーキ ¥800
 - ▶ シュークリーム ¥120〜
 - ▶ 美ら卵ロールケーキ ¥1,260

🏠 南風原町字兼城293番地 ☎ **098-889-1950**

FAX 098-888-1572

📅 なし(年末年始を除く)

🕒 11:00~18:00

🌐 <http://m-eggghouse.com/>

✉ info@m-eggghouse.com

ジェフ 豊見城店



- おすすめ**
- ▶ ゴーヤーバーガー ¥300
 - ▶ めーやるバーガー ¥350
 - ▶ フライドチキン1ピース〜 ¥220〜

※すべて税抜。平成27年12月時点での価格

🏠 豊見城市田頭66-1 ☎ **098-856-1053**

FAX 098-856-1062

📅 年中無休

🕒 24時間

🌐 <http://www.yonabaru.jp/kigyo/jef.htm>

笑輪咲 わらわさー



- おすすめ**
- ▶ ゴーヤーちゃんぶる ¥650
 - ▶ 沖縄ソバ定食 ¥750
 - ▶ 野菜ちゃんぶる ¥650

🏠 豊見城市豊崎3-86 JAおきなわ食菜館 菜々色畑内

☎ **090-1945-5478** 📅 年中無休

🕒 10:00~17:00

Herb Cafe UKON SALON はーぶかふえ うこんざろん



おすすめ

▶ 自社農園で採れた新鮮な無農薬野菜をたっぷりと使用した料理をバイキング形式で提供しております。
※中学生以上:¥1,100 小学生:¥700 幼児:¥500 3歳未満:無料

☎ 南城市佐敷字仲伊保116-1 ☎ **098-947-3948**
FAX 098-947-3219 休 火曜日(年末年始休業)
営 9:00~18:00(ランチタイム11:00~17:00)
HP <http://www.chojyugen.com/>

展望ラウンジ感謝



おすすめ

▶ ぬちぐすい膳 ランチ ¥1,800、ディナー ¥2,500
▶ 和味膳 ランチ ¥2,500、ディナー ¥4,000
▶ 海老入り天津丼 ランチ ¥1,500 (税込)

☎ 南城市佐敷字新里1688 ユインチホテル南城 6F
☎ **098-947-0111** FAX 098-947-0116 休 無休
営 ランチ11:30~14:30(L.O.14:00)、ティー14:00~17:00
ディナー17:00~22:00(L.O.20:30)
※ディナーは、金・土・祝前日、季節イベント時のみ営業
HP <http://www.yuinchichi.jp> info@yuinchichi.jp

南国フルーツパーラー JyoGoo



おすすめ

▶ 南国フルーツのフレッシュジュース ¥500
(マンゴー、スイカ、ゴーヤ、パイン、ドラゴンフルーツ)
▶ マンゴーフロゼンサンデー ¥500
▶ 自家焙煎南国フレーバーコーヒー ¥300

☎ 南城市知念字久手堅311 ☎ **098-949-1080**
FAX 098-949-1080 休 不定休(天候による休みあり)
営 9:00~18:00
HP jyogoo cafe.ti-da.net
info@jyogoo.com

レストラン サンピア



おすすめ

▶ ランチ・ディナーバイキング (昼) 大人¥2,300
(サラダコーナー(地元南城市産)、(夜) 大人¥2,680
野菜寿司、季節のお浸し) (税込)

☎ 南城市佐敷字新里1688 ユインチホテル南城 2F
☎ **098-947-0111** FAX 098-947-0116
休 無休 営 ランチ11:30~14:30(L.O.14:00)
ディナー17:30~22:00(L.O.21:00)
※土・日・祝・イベント時は11:00~
HP <http://www.yuinchichi.jp> info@yuinchichi.jp

おきなわ食材 レシピ



パイン入り豚が
苦手な方でも!
豚ロースの肉汁とパインの甘みが絶妙バランス
ポークソテーパインアップルソース

材料 (2人分)

豚ロース.....2枚(1枚約100g)
パインアップル.....50g
しょうゆ.....大さじ1
レモン汁.....大さじ1
はちみつ.....大さじ1
ブラックペッパー.....少々
《サラダ》
グリーンリーフ.....お好みで
はんだま.....お好みで
ゴーヤスライス.....お好みで
トマト.....1/2個

作り方

① フライパンに油をひき、豚肉を強火で片面1分ずつ焼き、皿にのせておく。(10分程置く)
※豚ロースは焼く前に常温に戻し塩こしょうをふっておくと、より美味しくなります。
② フライパンに残った肉汁に細かく切ったパインアップル、しょうゆ、レモン汁、はちみつ、ブラックペッパーを加えてソースをつくる。
③ ②へ豚肉を戻し、強火でソースを絡める。
④ グリーンリーフ、はんだま、ゴーヤスライス、トマトでサラダをつくり添えて完成。

cafe 黄果報 KUGAFU



おすすめ

▶ 黄果報膳 ¥1,100
▶ ラフテー丼 ¥750
▶ ベーグルサンドスープセット ¥830

☎ 南城市玉城字堀川738-1 メゾンあしとみ1F
☎ **098-948-2559** FAX 098-948-2559
休 月曜日、第2・4火曜日 営 11:30~16:00
HP <http://kugafu.ti-da.net/>

※店舗情報は変更されてる事がございます。予めご了承ください。

山の茶屋 楽水 やまのちゃやらくすい



- おすすめ**
- ▶ さちばる定食 ¥1,350
 - ▶ さとうきびごはんのベジタリアンカレー ¥800
 - ▶ 楽水そば ¥700

🏠 南城市玉城字玉城19-1 ☎ **098-948-1227**

FAX 098-948-1227

📅 休 木曜日

🕒 営 11:00～18:00

🌐 HP <http://yama.hamabenochaya.com/>

✉ sachibaru@gmail.com

洋風料理店 ビストロブーケ



- おすすめ**
- ▶ 本日のランチセット ¥1,300
 - ▶ 本日のディナーコース ¥2,500

🏠 南城市知念久原435-2 ☎ **098-947-6755**

📅 休 火曜日

🕒 営 11:30～15:00、18:00～21:00

農業生産法人株式会社 伊江牛糸満直売店



- おすすめ**
- ▶ 牛汁定食 ¥650
 - ▶ ステーキ丼定食 ¥900
 - ▶ 焼肉定食 ¥1,000

🏠 糸満市西崎2-35-5-102 ☎ **098-996-2992**

FAX 098-996-2985

📅 休 不定休

🕒 営 10:00～19:30

✉ ieshima-tacchu@rice.ocn.ne.jp

Vege&Sweets ブラウンシュガー



- おすすめ**
- ▶ ベジタリアン バイキング ¥1,000
(男性¥1,200、お子様¥500)
 - ▶ 黒糖スイーツ ¥250～
 - ▶ Veganスイーツ ¥200～

🏠 糸満市字糸満967-23 ☎ **098-994-1770**

📅 休 日曜日、祝日

🕒 営 昼11:30～15:00

炭火やきとり かん



- おすすめ**
- ▶ かん串セット ¥1,360
 - ▶ つくね ¥420
 - ▶ あぐ〜かしら ¥380

🏠 糸満市西崎6-4-11

☎ **098-992-1284**

FAX 098-992-1284

📅 休 第1・3月曜日

🕒 営 18:00～1:00

農家喫茶ミニガーデン果林 かりん



- おすすめ**
- ▶ 日替わり定食 ¥1,000
 - ▶ てびち唐揚げ定食(要予約) ¥1,500
 - ▶ ずいき汁定食(要予約) ¥1,000

※すべて税込み

🏠 糸満市大里671-5

☎ **098-992-0355**

📅 休 水曜日、日曜日

🕒 営 11:30～15:00

もずくそばの店 くんなとう

MAP
P42 18

おすすめ

- ▶もずくソーキそば定食 ¥1,080
- ▶レディースセット ¥860
- ▶もずく中味そば定食 ¥1,080

🏠 南城市玉城字志堅原460-2 ☎ **098-949-1066**

FAX 098-949-1066

📅 年中無休

🕒 11:00~19:00

✉ oujima@otc.ne.jp

Trattoria Bar 慶留間gnon ゲルマニオン

MAP
P42 19

おすすめ

- ▶ランチコース(食前酒のCAVAか食後のコーヒー付) ¥2,200
- ▶ディナーコース ¥3,600
- ▶ディナーコース ¥5,200

※ランチ・ディナー共に予約制です。

🏠 座間味村字慶留間54 ☎ **098-987-2650**

📅 火曜日

🕒 12:00~17:00, 19:00~

HP gerumagnon.wix.com/gerumagnon

✉ gerumagnon@gmail.com

すむばり

MAP
P43 1

おすすめ

- ▶すむばりそば ¥930
- ▶タコ丼 ¥860
- ▶磯丼セット ¥1,580

※すべて税込

🏠 宮古島市平良字狩俣768-4 ☎ **0980-72-5813**

FAX 0980-72-5813

📅 不定休

🕒 11:00~18:00(1月~3月 11:00~16:00)

HP <http://www.sumbari.com/>

✉ info@sumbari.com

カフェレストラン「カラカラ」

MAP
P43 2

宮古島カレー ¥800

季節のパフェ ¥800



おすすめ

- ▶宮古牛鉄板焼き ¥1,650
- ▶宮古牛のテラスバーベキュー(2名様より) ¥2,000
- ▶紅イモロールパイ ¥300

※テラスバーベキューの料金は1人前の料金

🏠 宮古島市平良大浦130-32 ☎ **0980-73-8385**

FAX 0980-73-8385

📅 不定休

🕒 11:00~日没

HP <http://www.miyakokarakara.com>

健康工房 がんまりやー 池間島タイ衆食堂シャム

MAP
P43 3

おすすめ

- ▶自家栽培ノニ「ヤエヤマアオキ」ノニ果汁 ¥3,000
- ▶ノニ石鹸 (小)¥350 (大)¥700
- 〈お食事全品 ワンコインの500円〉
- ・島やさいグリーンカレー・宮古そば・タコライス
- ・県産豚丼(三枚肉煮くずれ) その他

🏠 宮古島市平良字池間1165-1 ☎ **0980-74-6435**

FAX 0980-74-6435

📅 不定休

🕒 9:00~18:00

HP <http://ganmarya-noni.com/>

✉ ganmarya.noni@guitar.ocn.ne.jp

パン屋の宿 コテージ・コッペ

MAP
P43 4

おすすめ

- ▶島食材の蒸し焼き ¥1,500
- ▶島野菜の天ぷら ¥1,500
- ▶島の家庭料理 ¥1,500

🏠 宮古島市城辺字保良344-9 ☎ **0980-77-8064**

FAX 0980-77-8064

📅 年中無休

🕒 チェックイン15:00、チェックアウト10:00

HP <http://www.coppe-miyakoisland.jp/>

✉ cottage@coppe-miyakoisland.jp

※店舗情報は変更されてる事がございます。予めご了承ください。