

# 「お値打ちランチを食べる会」

「お値打ちランチを食べる会」誕生と

第21回～第30回までの食の記録



美味しいランチを素敵な雰囲気の中でおしゃべりをしながら優雅に楽しむ「お値打ちランチを食べる会」が発足しました。

お酒が飲めなくても、帰りの時間を気にしなくても、そしてお財布の中身をあまり心配しなくても楽しくランチを食べて、後は昼下がりの自由な時間を満喫する……そんな気楽でチョッピリゴージャスなお昼のひとつを過ごしませんか。

優雅やゴージャスとはいえない場合もあります。予約を取らないお店や、1日10食限定のランチ・12席しかないお店では食べ終わった人が出てきてから順番に入ります。また30分以上は絶対に並ぶお店等々、多彩なお値うちランチをご案内します（¥1000～¥8000）。

また、会員からのおすすめ情報も募集しております。安くても美味しいランチ・高くてもそれなりに価値あるランチ・雰囲気が素晴らしいお店のランチ・一風変わったお店で食べるランチなどぜひご紹介ください。

第1回の「お値打ちランチを食べる会」は、発足にふさわしい場所として、表参道の近く、南青山にあるフランスレストラン「AMAGES」(ラマージュ)で和やかに、大盛況でした。少々のはらは厭わないグルメの方、お仲間とおしゃべりをしたい方は、ぜひ「お値打ちランチを食べる会」へお越しください。新入会の方、大歓迎です！！

\*顔なじみや、今までにあまり面識のない方、久しぶりの方、等々に出会える

\*旅の情報が交換できる

\*ロングステイなどの経験談が聞ける

\*何らかの事情で旅行をしばらく控えている方も参加できる

\*回を重ねて参加するうちに、気心の知れた旅友が出来るかもしれない

\*何よりもたまには、お値打ちのある美味しいものが食べられる

以上のような事を考えて「ランチ会」を発足いたしました。普通のランチではなく、せっかくだったら誰が食べてもお値打ちと感ぜられるランチがいいなどの思いで「お値打ちランチを食べる会」とネーミング致しました。ネーミングに惹かれてか、「ランチ会は」発足以来盛況です。私といたしましては美味しいランチを紹介する事は勿論ですが、食事の時間中や、食後、場所得を変えて会員同士の情報交換や、楽しい話らいのひとつを持てる場所として御参加頂ければと思っています。

特に新しく入会された方にはL S Cの活動や、雰囲気をを知るには参加しやすい会ではないでしょうか。

第21回：四季七草（六本木1丁目店）<しゃぶしゃぶランチ（デザート・コーヒー付）>

第22回：DRAGON 純豆腐（スンドゥブ）<スンドゥブ・キムチ盛り合わせ・海鮮チジミ・コーヒーor紅茶>

第23回：サバティエニ・フィレンツェ <東京店 魚料理 or 肉料理>

第24回：蓬萊屋（上野御徒町）<くしかつ・一口ヒレカツ・メンチカツのセット>

第25回：蔵（浅草）炭火会席<お昼の小会席>

第26回：シャッターズ（自由が丘店）<スペアリブ、アップルパイアラモード>

第27回：浮かぶ料亭！ 屋形船 晴海屋 <江戸前料理・飲み放題>

第28回：Tommy Bahama 「トミーバハマ」<サーモンパンケーキ他3種より選択>

第29回：麒麟（麒麟）銀座店<豚トロ丼（卵スープとザーサイ・デザート・コーヒー）>

第30回：レストラン ストックホルム 赤坂<スモーガスボード（コーヒーor紅茶付）>

田原千鶴子

## 第21回～第30回までの食の記録

「第21回お値打ちランチを食べる会」 <しゃぶしゃぶランチ>

あけましておめでとうございます  
年の初めは何を見ても心がときめきます！

【レストラン】 **四季七草 (六本木1丁目店)**

【料理】 しゃぶしゃぶランチ (デザート・コーヒー付)

【日時】 2015年1月25日 (日) 11:30

【場所】 六本木1-6-1 泉ガーデンタワー 2F 050-5799-6409

六本木1丁目駅直結ですので寒い日でも便利です。場所の割に落ち着いた雰囲気、居心地のよいお店です。

【予算】 ¥2,500 (ドリンクは各自払い)

【コメント】 しゃぶしゃぶランチ ¥2,500 野菜盛り合わせ・ご飯・ちゃんぽん麺・香の物 (デザート・コーヒー付き・ごはんお変わり自由)。掘りごたつ式のお座敷個室でホンワカな気分です。今年のおープニング「ランチ会」は産地直送野菜をはじめ、安心食材を吟味した和食ダイニングでしゃぶしゃぶを頂きます。ほっこりとしながら新しい年の旅のお話をしませんか？お肉も野菜も一人ずつの別盛りで、お鍋ももちろん自分の陣地です！

地下鉄南北線六本木一丁目駅徒歩1分 (駅直結)



## 第22回 「お値打ちランチを食べる会」 <スンドゥブ・海鮮チジミ>

【レストラン】 **DRAGON 純豆腐 (スンドゥブ)**

【料理】 スンドゥブ・キムチ盛り合わせ・海鮮チジミ・コーヒーor 紅茶

【日時】 2015年2月15日(日)11:30

【場所】 港区北青山2-7-29 2F 03-6447-0849

【予算】 ¥1850 (なるべくお釣りのいらぬように)

【コメント】 寒い季節にピリ辛鍋でポカポカ。落ち着いた木造りの店内で頂きます。トッピングにチーズが入ります。チーズが苦手な方は受け付けの際にお申し出ください。

地下鉄銀座線外苑前 A3 を出て182m。直角にカフェ・ 神宮球場方面へ徒歩3分直進





## 第23回「お値打ちランチを食べる会」 <伝統的なイタリア料理>

### 【レストラン】 サバティーニ・フィレンツェ 東京店

- 【料理】
- 1 シェフ・お任せの前菜を盛り合わせ
  - 2 シェフおすすめの Pasta 料理
  - 3 魚料理 or 肉料理
  - 4 パン
  - 5 ワゴンサービスのデザート
  - 6 コーヒー or 紅茶 or ハーブティー

【日時】 2015年3月3日(金) 11:30 (15:00迄利用可能)

【場所】 銀座5-3-1 ソニービル 7階03-3573-0013

地下鉄銀座駅 徒歩3分、JR 有楽町駅 徒歩5分

【予算】 ¥5,500

【コメント】 フィレンツェ本店は100周年！古都フィレンツェの名店の初海外店として開店して以来、伝統的なイタリア料理を提供し続けているレストランです。イタリアの芸術とまで称賛される本店の味をご賞味下さい。東京に居ながらにしてイタリア本店そのままの味を！イタリア大使館公認、ということで、大使館主催のイベント会場となることも少なくないレストランです。少しおしゃれをして、思い出のイタリアを語りながら美味しいランチを頂きましょう。メインの 魚料理・肉料理 を選んでお申込みください！

(20名限定)

20名のところ31名のお申し込みがありました。何とか対策を考えましたので、お申し込み全員の方にご参加頂けます。

当日、ランチの後「マジック同好会」にご参加の方は貸し切りルームの入口近くに、ゆっくり歓談なさる方は奥のお席に着席下さい(15:00迄)

当日はシェフバルディさんがLSCの為に組み立てて下さった特別メニューと名物サービスマネージャープリモドンバさんのドルチェワゴンサービスをお楽しみください。当日は名札をお持ち頂き、11:30にはお席に着けるようにお越しくださいませ。それではちょっぴりお洒落をした皆さんにお会いできるのを楽しみにしております。



## 第24回 「お値打ちランチを食べる会」 <とんかつ好きなら外せない！>

【レストラン】蓬萊屋（上野御徒町）

【料理】くしかつ・一口ヒレカツ・メンチカツのセット 「東京物語膳」

【日時】2015年4月17日（金） 11:30

【場所】台東区上野3-28-5 03-3831-5783  
松坂屋の真裏です。（小さな下町風情の店構え）

【予算】¥2,460

【コメント】とんかつ好きなら外せない、上野御三家の一つです！！（1店は閉店）

靴を脱いで、2階の座敷に上がります。大正初年、屋台から営業を始め、以来、池波正太郎。小津安二郎など文人、文化人に愛された「蓬萊屋」昭和初期の雰囲気浸れて、タイムスリップしたようなお店で、その名も「東京物語膳」を頂きます。靴を脱いで、2階の座敷に上がり座ります。

お申し込みの方には3日以内に地図の入った詳細案内を送ります。4日過ぎても届かない方は、幹事迄メールが届いていない可能性もありますのでお手数ですが、TEL をくださるようお願いいたします。

JR 御徒町駅 徒歩1分

銀座線 上野広小路駅 徒歩1分

日比谷線 仲御徒町駅 徒歩1分

大江戸線 上野御徒町 徒歩1分



## 第25回 「お値打ちランチを食べる会」 <おもてなしには是非とも！>

【レストラン】 **蔵（浅草）炭火会席**

【料理】 お昼の小会席

【日時】 2015年5月1日(金) 12:00

【場所】 〒111-0032 東京都台東区浅草1-30-10 050-5518-6034

【予算】 ¥4,104

【コメント】 期待を裏切らない、目にも舌にも至福の料理、中村勘三郎さんも足しげく通っていらしたお店です!月替わりの昼の小会席はコストパフォーマンスに優れており何度訪れても満足が高い!!おもてなしには是非ともキープしておきたいお店です。

地下鉄銀座線浅草駅徒歩5分

東武伊勢崎線浅草駅徒歩5分

地下鉄都営浅草線浅草駅徒歩5分





## 第26回 「お値打ちランチを食べる会」 <スペアリブが美味しい!>

【レストラン】 **シャッターズ (自由が丘店)**

【料理】 スペアリブ、アップルパイアラモード (ソースは次の6種類の中から選べます：  
ブルーベリー・ラズベリー・キャラメル・チョコレート・シナモン・メープルシロップ)

【日時】 2015年6月12日(金) 11:30

【場所】 東京都世田谷区奥沢5-27-15 自由が丘ソレイユビル1F 03-3717-0111

【予算】 ¥2,500

【コメント】 スペアリブはテイクアウトも出来ます。ご希望の方はスペアリブを食べられた後、直ぐに頼んでください。**4本setで¥2,160**です。(お勧めかも!)  
ここまで柔らかなスペアリブはなかなか食べられないと思います。(軟骨迄難なく食べられます)

タレは醤油・塩・ガーリック・マスタード・ケチャップ・マヨネーズ・わさび・バジルと7種類がありますが今回は1番人気の醤油味を頂きます。また、アップルパイアラモードは食べるのがもったいないほど可愛いデザートです。

朝食はくれぐれも控えめにしてお越しくださいませ!!

自由が丘駅 南口を出たら、目の前のメルサの横の道に入ります。緑道二入ったら、右へ30m程歩いて左側です。

東急東横線自由が丘駅南口徒歩1分

東急大井町線自由が丘駅南口徒歩1分

自由が丘駅から95m



住所	東京都 世田谷区 奥沢 5-27-15 自由が丘ソレイユビル 1F
----	-----------------------------------

## 第27回「お値打ちランチを食べる会」 <夏のディナーに最高>

【レストラン】**浮かぶ料亭！ 屋形船 晴海屋**

【料理】江戸前料理と飲み放題

【日時】2015年7月7日(火)17:30 出航 (2時間30分)

【場所】東京都中央区晴海3-1

【予算】¥10,800 (乗船料・江戸前料理・飲み放題込)

【コメント】花火や夏祭りに心が騒ぐ季節です。今回の「ランチ会」は趣向を変えて夕方から貸し切りで屋形船を楽しんでいただきます。粋な大人の遊び心を満たす屋形船です。いつもと違う雰囲気の中で頂く料理は一段と美味しく会話も弾みます！瓶ビール・ウイスキー・焼酎・日本酒・ワイン・梅酒・サワー類・ソフトドリンクetc. 飲み放題ですが飲み物他 持ち込みも自由です。

屋上には展望デッキもあります。東京湾の夜景をゆったりと見ながらこだわりの料理をご堪能ください。ご家族、ご友人もご一緒に、涼やかに浴衣などいかがでしょうか！

お申し込みの方には3日以内に地図の入った詳細案内を送ります。4日過ぎても届かない方は、幹事迄メールが届いていない可能性もありますので





## 第28回 「お値打ちランチを食べる会」 <銀座で“アロ〜ハ” >

【レストラン】 **Tommy Bahama 「トミーバハマ」**

【料 理】 下記メニューの中より選んでお申し込みください(1・2・3・4)

- 1:サーモンパンケーキ (スモークサーモン・パパイヤ・アボカド)
- 2:クリスピーフィッシュバーガー (フィッシュ・ハニーローストオニオン・フライドポテト)
- 3:チーズバーガーとグリルホタテのスライダー (小さなグリルホタテチーズバーガー・クリスピーオニオン)
- 4:ローストポークバーガー (ローストポークBBQソース・クリスピーオニオン・ポテトフライ)

【日 時】 2015年8月10日(月) 11:30

【場 所】 銀座7-10-1 03-5568-0555

【予 算】 ¥1,800

【コメント】トミーバハマは、“MakeLifeOneLongWeekend” (日々を長い週末のように) がコンセプトのリゾート感あふれるアメリカのブランドで日本1号店です。どれも迷ってしまうお勧めです！全てにスープ・バーガー・デザート・コーヒーor紅茶が付きます。店内はほんのりココナッツの香り、銀座に居ながらハワイ気分！1階はトミーバハマのショップでレストランとバーを併設していて、リゾート感覚あふれるお洋服や、小物などが売られています。

銀座6丁目の交差点、ライオンピアホールの裏です。

ホテルグレイスリー銀座の1F・2F

築紫楼の入口の隣です。



## 第 29 回「お値打ちランチを食べる会」 <銀座で「ランチ」に迷ったら “ここ” >

【レストラン】麒麟（キリン）銀座店

【料理】限定 30 食の「レディース豚トロ丼」（卵スープとザーサイ・デザート・コーヒー付き）

【日時】9 月 16 日（水）11:30

【場所】東京都中央区銀座6-9-15 03-3572-0039（お問い合わせ専用番号）

【予算】¥1,340

【コメント】料理長は「チューボーですよ」で黒酢の酢豚を作った銀座の巨匠・松島シェフ！豚の角煮がトロトロ、コラーゲンたっぷり。その上野菜もたっぷりなので程よく中和され、しかもボリュームミー！丼物のイメージを払拭してお越しく下さい。

お席の予約が出来ませんので 11:30 から並びます。限定 30 食です！！ 他のお客様も並びますので 30 名に入れなかった場合は他のメニューにして頂く場合もあります。

銀座 4 丁目から 8 丁目へ向かって歩き、銀座 5 丁目の交差点を右へ曲がります。

一つ目のスズラン通りを左へ、ユニクロの裏手を過ぎて直ぐです。

銀座「ユニクロ」の中をと通り抜けても良いかもしれません・・・



## 第30回「お値打ちランチを食べる会」 <公認スウェーデン料理（バイキング）>

【レストラン】 レストラン ストックホルム 赤坂

【料理】 スモーガスボード（コーヒーor紅茶付）

【日時】 10月18日（日） 11:30

【場所】 東京都千代田区永田町 2-14-3 東急プラザ赤坂 1F 03-3509-1677

【予算】 ¥3,240

【コメント】 ザリガニもニシンもサーモンも！ スモーガスボードを存分に堪能しましょう。セルフの食べ放題ですが、スウェーデン料理はなるべく少量を何皿にも取り分けて頂きます。皿数が多ければ多いほど、良いマナーだとか！

ニシンのマリネが置かれた場所から時計回りに食べましょう！

お勧めのビュッフェを問われたらきっとここになるでしょう！！

今回は30回記念として日本で唯一公認スウェーデン料理（バイキング）にご案内いたします。美味しいレストランの1品料理がバイキング形式で食べられる感じです。

当日の朝食はどうぞ控えめにしてお越しくださいませ！ネームカードをご持参ください。それではお待ちしております。

地下鉄銀座線赤坂見附駅外堀通り口徒歩1分／地下鉄丸ノ内線赤坂見附駅外堀通り口徒歩1分／赤坂見附駅から120m



幹事：田原 千鶴子  
高野 美智子  
澤井 泰子  
編集：小川 鑛一