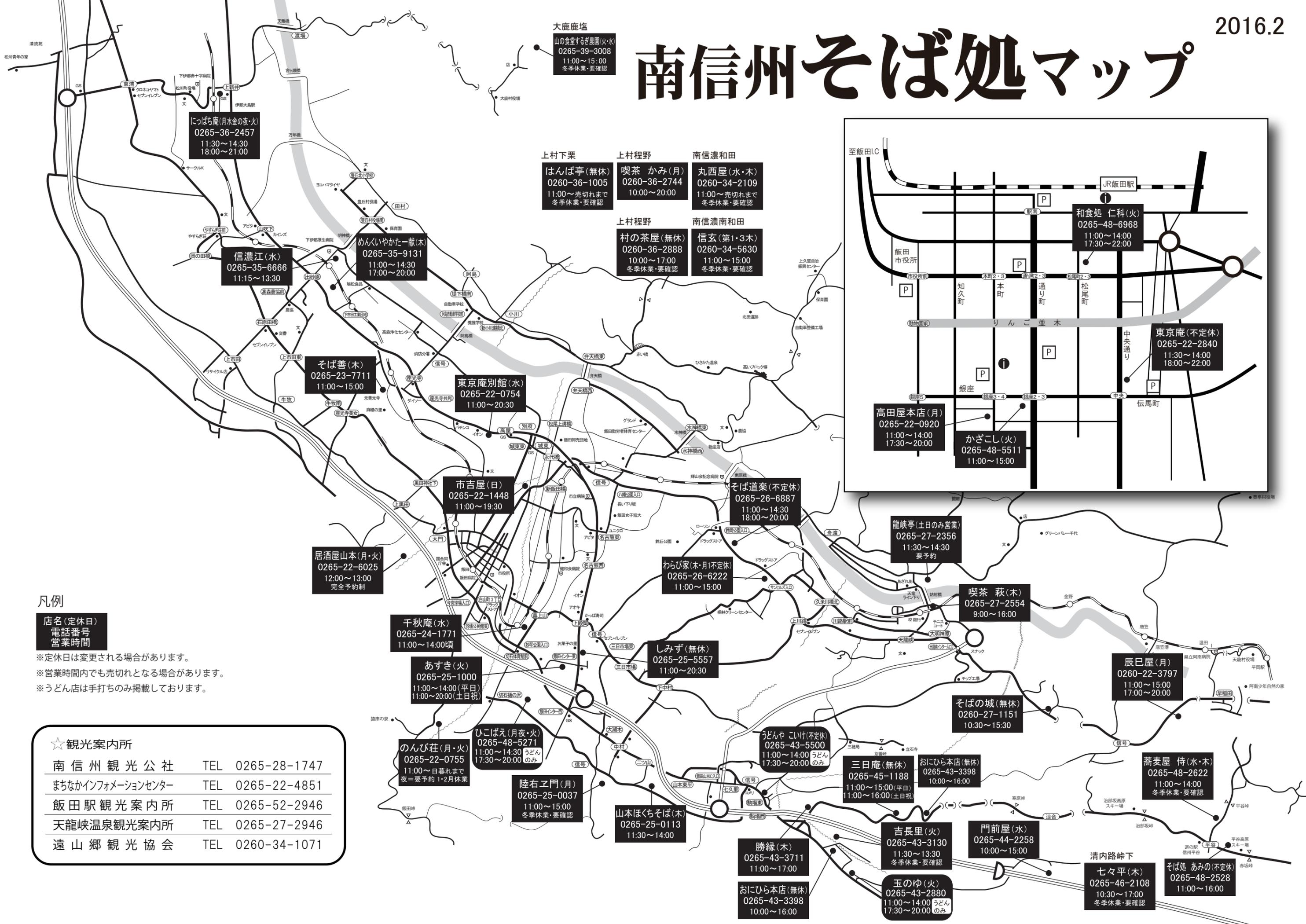


# 南信州そば処マップ



大鹿鹿塩  
山の食堂するぎ農園(火・水)  
0265-39-3008  
11:00~15:00  
冬季休業・要確認

につばち庵(月水金の夜・火)  
0265-36-2457  
11:30~14:30  
18:00~21:00

上村下栗  
はんば亭(無休)  
0260-36-1005  
11:00~売切れまで  
冬季休業・要確認

上村程野  
喫茶 かみ(月)  
0260-36-2744  
10:00~20:00

南信濃和田  
丸西屋(水・木)  
0260-34-2109  
11:00~売切れまで  
冬季休業・要確認

信濃江(水)  
0265-35-6666  
11:15~13:30

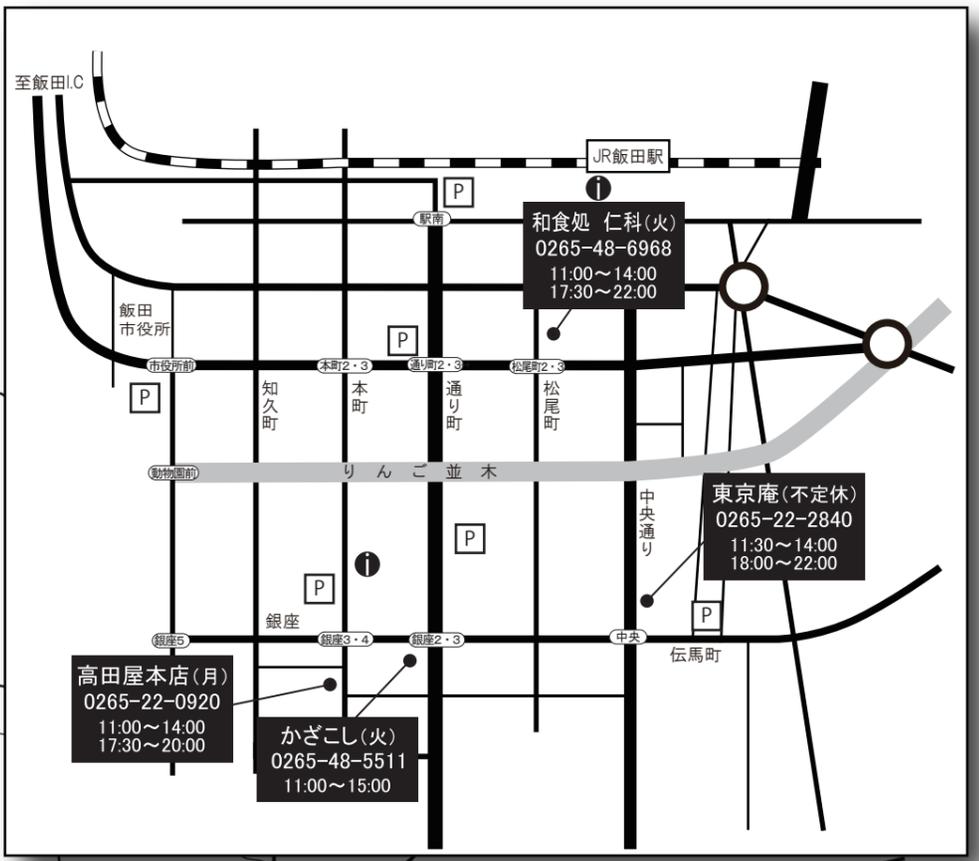
めんくいやかた一献(木)  
0265-35-9131  
11:00~14:30  
17:00~20:00

上村程野  
村の茶屋(無休)  
0260-36-2888  
10:00~17:00  
冬季休業・要確認

南信濃南和田  
信玄(第1・3木)  
0260-34-5630  
11:00~15:00  
冬季休業・要確認

そば善(木)  
0265-23-7711  
11:00~15:00

東京庵別館(水)  
0265-22-0754  
11:00~20:30



高田屋本店(月)  
0265-22-0920  
11:00~14:00  
17:30~20:00

かざこし(火)  
0265-48-5511  
11:00~15:00

和食処 仁科(火)  
0265-48-6968  
11:00~14:00  
17:30~22:00

東京庵(不定休)  
0265-22-2840  
11:30~14:00  
18:00~22:00

## 凡例

店名(定休日)  
電話番号  
営業時間

- ※定休日は変更される場合があります。
- ※営業時間内でも売切れとなる場合があります。
- ※うどん店は手打ちのみ掲載しております。

☆観光案内所	
南信州観光公社	TEL 0265-28-1747
まちなかインフォメーションセンター	TEL 0265-22-4851
飯田駅観光案内所	TEL 0265-52-2946
天龍峡温泉観光案内所	TEL 0265-27-2946
遠山郷観光協会	TEL 0260-34-1071

千秋庵(水)  
0265-24-1771  
11:00~14:00頃

あすき(火)  
0265-25-1000  
11:00~14:00(平日)  
11:00~20:00(土日祝)

のんび荘(月・火)  
0265-22-0755  
11:00~日暮れまで  
夜=要予約 1・2月休業

ひこばえ(月夜・火)  
0265-48-5271  
11:00~14:30 うどん  
17:30~20:00 のみ

陸右エ門(月)  
0265-25-0037  
11:00~15:00  
冬季休業・要確認

山本ほくちそば(木)  
0265-25-0113  
11:30~14:00

勝縁(木)  
0265-43-3711  
11:00~17:00

おにひら本店(無休)  
0265-43-3398  
10:00~16:00

吉長里(火)  
0265-43-3130  
11:30~13:30  
冬季休業・要確認

玉のゆ(火)  
0265-43-2880  
11:00~14:00 うどん  
17:30~20:00 のみ

門前屋(水)  
0265-44-2258  
10:00~15:00

清内路峠下  
七々平(木)  
0265-46-2108  
10:30~17:00  
冬季休業・要確認

そば処 あみの(不定休)  
0265-48-2528  
11:00~16:00

辰巳屋(月)  
0260-22-3797  
11:00~15:00  
17:00~20:00

そばの城(無休)  
0260-27-1151  
10:30~15:30

喫茶 萩(木)  
0265-27-2554  
9:00~16:00

龍峡亭(土日のみ営業)  
0265-27-2356  
11:30~14:30  
要予約

そば道楽(不定休)  
0265-26-6887  
11:00~14:30  
18:00~20:00

わらび家(木・月1不定休)  
0265-26-6222  
11:00~15:00

しみず(無休)  
0265-25-5557  
11:00~20:30

蕎麦屋 侍(水・木)  
0265-48-2622  
11:00~14:00  
冬季休業・要確認

三日庵(無休)  
0265-45-1188  
11:00~15:00(平日)  
11:00~16:00(土日祝)

おにひら本店(無休)  
0265-43-3398  
10:00~16:00