



いいだ丘の上ランチ MAP

300m 250m 200m 150m 100m 50m 0m

🍞ベーカリー店 🍡和菓子店 🍱おにぎり 🌸桜の名所



01 カフェ・喫茶 MAP C-2
駅前カフェ 一茶堂



お土産も買えちゃう
駅近徒歩1分のカフェ

飯田のご当地グルメ・遠山ジンギスを使用した「ジンギスライス」や長野県産のふじりんごをさっくりパイで幾重にも包んだ甘酸っぱいアップルパイなど、ご当地感が味わえるメニューが揃うカフェ。お待たせしないようメニューが工夫されているため、バスや電車のちょっとした待ち時間で気軽に立ち寄ることが出来ます。お土産屋さんも併設している便利なお店。

- PICKUP MENU**
- ジンギスライス 1,000円
 - アップルパイ 500円
 - ホットコーヒー 400円

飯田市中央通り4-39 ☎0265-24-1310
〈営〉9:00～18:00
〈休〉火曜日

02 和食(五平餅) MAP C-1
今宮半平



飯田下伊那名物
五平餅の名店

明治5年から受け継がれる伝統の「二個刺し丸型」スタイルの五平餅は、ゴマだれと季節を感じる味噌だれの2種類。こんがり炙った餅と秘伝だれの香ばしい調和が永く愛される秘訣です。五平餅単品のほか、酢の物・小鉢など3品・汁物・漬物などがついた五平餅定食もご注文いただけます。そばやうどん、ラーメンなど麺類も充実。

- PICKUP MENU**
- 五平餅1人前(漬物付) 680円
 - 五平餅定食 2,200円
 - ざるそば 600円

飯田市今宮町4-5507-57 ☎0265-22-4627
〈営〉11:00～15:30LO 〈休〉水曜日

03 和食(うなぎ) MAP B-2
丸井亭



地元の人に愛される
創業90年の老舗うなぎ店

使用するうなぎは身が柔らかく皮が薄い上質な青うなぎを厳選。創業以来絶やす事無く受け継がれてきた秘伝のタレにつけ職人が丁寧に焼き上げています。深いコクと熟成した味わいの自慢のたれと直火焼きの香ばしい風味のハーモニーはまさに絶品。外はカリッと香ばしく、中は柔らかくふっくら老舗のうなぎをお楽しみください。

- PICKUP MENU**
- うなぎ重 3,400円～
 - ひつまぶし 3,500円
 - うなぎ丼 1,900円～

飯田市知久町4-1226 ☎0265-22-0349
〈営〉11:00～14:00(L013:30)
16:30～21:00(L020:00) 〈休〉木曜日
※7月8月12月は不定休

04 洋食 MAP B-3
natural kitchen TESSHIN



南信州飯田の魅力を料理で
表現するおしゃれなレストラン

りんご並木沿いの洗練されたレストラン。仕入れる素材から徹底的にこだわって創作されるお料理は見た目も華やかな逸品。8種類の前菜の盛り合わせが楽しめるランチプレートはお肉とお魚が選べる大満足のメニュー。季節で変わる限定ランチもおおすすめです。おちついた雰囲気の中で、おしゃれなお料理をゆっくりとご堪能ください。

- PICKUP MENU**
- TESSHINランチプレート 1,650円
 - TESSHINランチプレート ミニ 1,100円
 - お子様ランチプレート 880円

飯田市本町2-1 ☎0265-48-0150
〈営〉11:30～15:00(L014:00)
17:30～22:00(L021:00) 〈休〉不定休

- 05 cafe dining e MAP C-2
飯田市東和町2-32 ☎0265-52-9333
〈営〉11:30～15:00(L014:30) 18:00～22:00
〈休〉月曜日・第一日曜日
- 06 蘭峰屋珈琲 MAP C-3
飯田市中央通り3-12 ☎0265-24-9855
〈営〉10:30～18:00
〈休〉無休
- 07 七里屋茶房 MAP C-3
飯田市吾妻町112 ☎0265-48-6993
〈営〉10:00～17:00
〈休〉金曜日
- 08 HIRANOYA MAP B-3
飯田市通り町1-12 ☎0265-24-8567
〈営〉10:00～17:00(L016:00)
〈休〉日曜日・月曜日
- 09 Burger Cafe PAL'S MAP B-3
飯田市本町1-10-1 ☎080-2394-3984
〈営〉11:30～21:00(L020:30)
〈休〉火曜日
- 10 KURANO MAP C-4
飯田市仲ノ町1-3 ☎0265-48-8121
〈営〉8:30～17:00(モーニング8:30～11:00)
〈休〉月曜日
- 11 CAFE-REST SENJU MAP B-4
飯田市常盤町17 ☎0265-22-1010
〈営〉10:30～19:00
〈休〉月曜日
- 12 カフェ三連蔵 MAP B-3
飯田市通り町2-1 ☎0265-23-0023
〈営〉11:30～17:00
〈休〉火曜日
- 13 三の蔵 MAP B-3
飯田市通り町2-1 ☎050-3635-0333
〈営〉8:00～23:00(モーニング8:00～11:00)
〈休〉月曜日
- 14 喫茶山雅飯田店 MAP C-2
飯田市東和町2-35 丘の上結いスクエア1階
☎080-8900-2275 〈営〉11:00～17:00
〈休〉月曜日・不定休 ※時期により変動あり
- 15 入船寿司・割烹 MAP C-1
飯田市今宮町2-89 ☎0265-24-5508
〈営〉11:00～13:30LO 17:00～21:30LO
日・祝20:30LO 〈休〉不定休

- 16 大嘉 MAP C-3
飯田市中央通り3-51 ☎0265-22-7015
〈営〉11:30～14:00 17:30～21:00
〈休〉日曜日
- 17 東寿司 MAP B-4
飯田市常盤町56 ☎0265-22-1685
〈営〉11:30～22:00
〈休〉水曜日
- 18 旭鮨 MAP C-4
飯田市馬場町2-100 ☎0265-23-7870
〈営〉12:00～13:30(ランチは水曜日除く平日のみ営業)
18:00～22:00LO 〈休〉隔週日曜日
- 19 みどり寿司 MAP B-4
飯田市銀座5-6 ☎0265-22-1480
〈営〉11:00～21:00
〈休〉水曜日
- 20 TATSU屋製麺所 MAP C-2
飯田市中央通り4-10-1 ☎0265-22-2301
〈営〉11:30～14:00、17:30～22:00(L030min前)
〈休〉月曜日
- 21 Pizzaヒコノキ MAP B-1
飯田市曙町105-1 ☎0265-55-0022
〈営〉11:30～14:30(L014:00)
17:00～21:00(L020:30) 〈休〉水曜日
- 22 鉄板焼Dining銀座ハンバーグ MAP B-4
飯田市銀座3-1-1 ☎0265-48-0393
〈営〉11:30～14:30(L014:00)
17:30～22:00(L021:30) 〈休〉木曜日
- 23 BISTRO Freres MAP B-3
飯田市知久町2-9 ☎0265-48-0592
〈営〉11:30～14:00 17:30～22:00(夜は予約制)
〈休〉月曜日・第3火曜日
- 24 オールドウェスト MAP C-4
飯田市仲ノ町1-5 ☎0265-24-4086
〈営〉11:00～14:00 17:00～22:00
〈休〉火曜日
- 25 Spice Curry& Music 土星トルネード MAP C-3
飯田市中央通り3-19 連絡はInstagramのDMへ
〈営〉11:30～14:00 18:00～24:00
※食事提供は22:00まで 〈休〉月曜日・日曜日
- 26 新京亭 MAP C-2
飯田市中央通り4-14-5 ☎0265-22-1756
〈営〉10:30～18:00
〈休〉水曜日

- 27 鳥志 MAP C-2
飯田市中央通り4-23 ☎0265-55-1223
〈営〉11:30～14:00(L013:30) 18:00～
※夜は焼き鳥メイン 〈休〉月曜日・日曜日
- 28 山水楼 MAP C-3
飯田市中央通り2-11 ☎0265-22-0410
〈営〉11:30～14:00 17:00～21:30
〈休〉日曜日
- 29 上海楼 MAP B-4
飯田市銀座3-1-1 ☎0265-22-1369
〈営〉月11:00～15:00火・土11:00～15:00 17:00～20:00LO
木全11:00～14:00 18:00～20:00LO 〈休〉水曜日
- 30 点心厨房 希林 MAP B-3
飯田市本町1-10-1 ☎0265-49-8767
〈営〉11:30～13:30LO 17:30～20:30LO
〈休〉木曜日
- 31 東中軒 MAP B-2
飯田市知久町3-51 ☎0265-24-8030
〈営〉11:00～14:00 17:00～20:00(L019:30)
〈休〉日曜日・土曜日夜
- 32 昌楽鮮 MAP C-2
飯田市通り町4-1315 ☎0265-22-2424
〈営〉11:00～14:00(L013:30) 17:00～22:00(L021:00)
〈休〉日曜日・祝日
- 33 信濃屋(桜町店) MAP E-4
飯田市桜町1-35 ☎0265-23-9931
〈営〉11:00～14:00 17:30～20:30LO
〈休〉火曜日 焼肉有
- 34 信濃屋(中央通り店) MAP C-4
飯田市中央通り1-6 ☎0265-24-4708
〈営〉11:00～20:30(L020:00)
〈休〉火曜日 焼肉有(焼肉は要予約)
- 35 東京庵 MAP C-4
飯田市中央通り1-2 ☎0265-22-2840
〈営〉11:00～14:00 17:30～21:00LO
〈休〉不定休
- 36 三河家食堂 MAP B-4
飯田市常盤町1 ☎0265-22-0293
〈営〉11:00～15:00 17:00～21:00
〈休〉月曜日 五平餅有
- 37 和食処 仁科 MAP D-4
飯田市大王路1-5-3 ☎0265-48-6968
〈営〉11:00～14:00 17:30～22:00
〈休〉火曜日

- 38 そば処 かざこし MAP B-4
飯田市銀座3-7 ☎0265-48-5511
〈営〉11:30～14:00(L013:30) (売切れ次第終了)
18:00～21:00(L019:00) ※夜はコースのみ 〈休〉火曜日
- 39 かつ禅 MAP E-3
飯田市鈴加町2-38-1 ☎0265-24-1557
〈営〉11:30～14:00 17:00～19:45LO
〈休〉木曜日
- 40 きたや MAP E-3
飯田市錦町2-7 ☎0265-22-4761
〈営〉11:15～13:30 17:15～21:00
〈休〉月曜日
- 41 扇屋 MAP B-3
飯田市扇町22 ☎090-7197-6362
〈営〉11:30～14:00 17:00～21:00
〈休〉不定休
- 42 山栄 MAP B-4
飯田市知久町1-9 MACHIKAN2002ビルF ☎0265-48-8131
〈営〉11:30～14:00(L013:15) 17:00～21:00(L020:00)
※夜は要予約 〈休〉火曜日(臨時休業有)
- 43 食事処 満津田 MAP B-4
飯田市主税町1 ☎0265-22-0437
〈営〉11:30～14:00 17:00～20:00
〈休〉月曜日、木曜日のランチ 五平餅有(要予約)
- 44 天ぷら 金万 MAP B-4
飯田市主税町27 ☎0265-24-0953
〈営〉11:00～14:00LO 17:00～21:00(L020:00)
※売切れ次第終了 〈休〉火曜日(祝日は営業)
- 45 やき肉 徳山 MAP C-2
飯田市中央通り3-44 ☎0265-24-4816
〈営〉月・火・木・金12:00～14:00 17:00～22:00
水17:00～22:00 土・日12:00～22:00 〈休〉不定休
- 46 博多屋 MAP B-3
飯田市本町1-12 ☎080-1343-8459
〈営〉11:30～14:30(L014:00) 17:00～22:00(L021:00)
〈休〉水曜日、日曜日 ※昼・鉄板焼肉 夜・もつ鍋
- 47 たこやきハウスデコちゃん MAP C-2
飯田市中央通り4丁目40 ステーションスクエアビル1F
☎070-3339-3156 〈営〉9:30～19:00(L018:30)
〈休〉火曜日 ※変動あり

※記載の定休日・営業時間等は予告なく変更される場合があります。

2024年6月現在