

医食同源プロジェクト

宮城カルテ食堂

1600/3

カロリー 600kcal 以下、塩分 3g 以下で健康に！

認定店

「宮城カルテ食堂」が推奨する
一食600kcal塩分3g以下のメニューを
提供している認定店に出かけましょう！
ヘルシーな外食で楽しく健康づくりを。

マイスター部門認定

1食600kcal 塩分3g以下の食事を提供

レストラン パリンカ

1 仙台市青葉区霊屋下19-8
TEL.022-213-7654 定休日/火曜(月はランチのみ)
営業時間/平日11:30~L014:00 18:00~L021:00
土日祝11:30~14:30 ※貸切有り、要電話確認

ホテル部門認定

1食600kcal 塩分3g以下の食事を提供

ウエスティンホテル仙台 レストラン シンフォニー

2 仙台市青葉区一番町1-9-1 26階
TEL.022-722-1234 定休日/無休
営業時間/11:30~14:30 17:30~22:00

公立学校共済組合仙台宿泊所 ホテル白萩

3 仙台市青葉区錦町2丁目2-19
TEL.022-265-3411 定休日/無休
営業時間/11:30~20:30
※26年4月より提供予定 ※2日前まで要予約

仙台国際ホテル

4 仙台市青葉区中央4丁目6番1号
TEL.022-268-1111 定休日/無休
営業時間/7:00~20:00
※11:30~20:00提供 ※2日前まで要予約

レストラン・専門店部門認定

1食600kcal 塩分3g以下の食事を提供

味の牛たん 喜助 定禅寺店

5 仙台市青葉区一番町4丁目10-14 定禅寺ビルB1F
TEL.022-266-2118 定休日/元日
営業時間/11:00~22:00

おでん三吉

6 仙台市青葉区一番町4-10-8
TEL.022-222-3830 定休日/日曜・祝日
営業時間/11:30~13:15 18:00~22:30
※ランチのみ提供(月~金)

かき小屋 飛梅 国分町店

7 仙台市青葉区国分町2-10-11 第3吉岡屋ビル1F
TEL.022-224-2482 定休日/日曜
営業時間/11:30~13:30 月~金17:00~24:00
土祝17:00~翌2:00 ※夜のみ。前日まで要予約

郷土料理 心平

8 仙台市青葉区国分町2-1-15 猪股ビル3・4F
TEL.022-263-7749 定休日/無休
営業時間/17:00~24:00 ※前日まで要予約

シャーレおおまち

9 仙台市青葉区大町2-6-27 岡元ビル3階
TEL.022-263-1402 定休日/土・日・祝
営業時間/11:30~18:00
※ランチタイムのみ提供(11:30~14:00)

酒味旬菜 千よ新

10 仙台市青葉区中央2丁目3-18
阿部蒲鉾店本社ビル 地下1F
TEL.022-264-4434 定休日/日曜・祝日
営業時間/11:30~15:00 17:00~22:00
※現在店内改装中、提供は26年4月下旬から

SHOP&CAFEBAR LA・PAIX

11 仙台市青葉区一番町3-7-1 電力ビルB1F
TEL.022-263-2286 定休日/無休(不定休)
営業時間/11:30~22:00

情熱ホルモン

12 宮城郡利府町加瀬字新前谷地4-3
TEL.022-290-6585 定休日/無休
営業時間/17:00~24:00
※直接お問い合わせください

炭焼はらみ専門店居酒屋 福光

13 仙台市青葉区一番町4丁目10-2 彩華第2ビル1F
TEL.022-224-7088 定休日/無休
営業時間/11:30~14:00 17:00~23:00
※ランチのみ提供(月~金) ※前日まで要予約

そば処 登喜和

14 仙台市太白区泉崎1丁目33番17号
TEL.022-246-0124 定休日/無休
営業時間/11:00~21:00

テルウェル東日本(株) 五橋第一ビル食堂

15 仙台市若林区五橋3丁目2-1
TEL.022-297-5719 (テルウェル東日本)
定休日/土・日・祝 営業時間/11:00~14:00
※社員食堂のため、一般の利用は不可

酔りどころ 七希

16 仙台市青葉区一番町4丁目3-9 第3藤原屋ビル地下
TEL.022-215-3603 定休日/日曜・祝日
営業時間/18:00~24:00 ※前日まで要予約

らーめんダイニング ZUNDA

17 仙台市泉区泉中央1-17-3
TEL.022-218-5657 定休日/日曜
営業時間/11:30~14:00 18:00~翌1:00

レストラン 冠

18 仙台市泉区泉中央2丁目24-1
仙台健康増進センター1F
TEL.022-373-7337 定休日/無休(12/30~1/2除く)
営業時間/11:30~16:00
17:00~21:00 ※前日まで要予約

酒寮部門認定

宮城県の旬の食材を利用した低カロリー・低塩分の1品料理を4品~提供

AKITA DINING なまはげ仙台店

19 仙台市青葉区一番町4-5-6
江陽バルサールビル6F
TEL.022-217-7077 定休日/日曜
営業時間/17:00~24:00

食楽道場 壱歩

20 仙台市青葉区国分町2-14-5 88ビルB1
TEL.022-217-8722 定休日/第一日曜
営業時間/平日18:00~翌1:00
週末18:00~翌2:00 日祝18:00~24:00

仙台屋

21 仙台市青葉区一番町3-9-13 DATE ONEビル7F
TEL.022-266-5538 定休日/無休
営業時間/11:30~15:00 17:00~翌1:00
日祝17:00~23:00 ※夜のみ

なつかし屋

22 仙台市青葉区一番町2-3-28 いろは横丁
TEL.090-7939-5334 定休日/日曜・祝日
営業時間/17:00~24:00

日本酒処 参巻丸撰

23 仙台市青葉区国分町2丁目7-7 あんでるせんビル2F
TEL.022-217-3105 定休日/日曜・祝日
営業時間/18:00~24:00

Home bar コトル

24 仙台市青葉区一番町4-4-3 あむーるビル2F
TEL.022-395-9968 定休日/日曜・祝日
営業時間/月~木18:00~23:00
金・土18:00~24:00 ※前日まで要予約

認定店 MAP

医食同源プロジェクト
宮城カルテ食堂
U600/3
カロリー・600kcal以下、塩分3g以下で健康に!

仙台中心部エリア



マイスター・ホテル・レストラン専門店部門 ...1食分600kcal 塩分3g以下の食事を提供 酒寮部門 ...宮城県の食材を使用した低カロリー低塩分の1品料理を4品~提供