



隠れた名店から名物スイーツまで！

上十三のランチ&スイーツ

気分がいい日は、すてきなランチ&スイーツタイムを目指してちょっぴり足を延ばしてみては。
上十三の個性あふれるお店でおいしい時間を！



おすすめ
ビュッフェは土日祝
日90分、GW・お盆60
分。平日は制限なしで
ゆっくり。

〓 おいらせ町 〓

総合観光農園アグリの里 おいらせ農園れすとらん 百果良彩

地元の食材をふんだんに使ったビュッフェ形式のレストラン。野菜料理やパスタなど、塩分控えて出汁や素材にこだわった体にやさしい料理を取り揃えております。種類豊富なスイーツも。木のぬくもりがあふれる店内からは、外に植えられたブドウの木が見え、秋には芳醇な香りが。

📍0178-20-0652 🗺️青森県上北郡おいらせ町向山東2-2-1684 🕒11:00～17:00※ランチは平日11:00～15:00、土・日曜、祝日11:00～16:00 🗓️年末年始
🚗青い森鉄道向山駅から車で約5分 🚗B-3

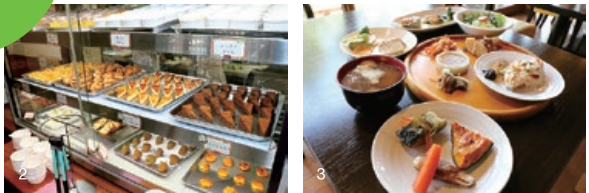
〓 七戸町 〓

カフェ グリーンブリーズ

彩り鮮やかな旬野菜が30種以上も楽しめるランチやスープ、甘酒や豆腐を使ったヘルシーなスイーツなど、地域の健やかな食材と食文化に出合えるカフェ。ナチュラルな色合いと雰囲気、に6つのシーンをとりいれたフロアは、新幹線待つ旅人にもひとときの安らぎをもたらしてくれる。

📍0176-58-6966 🗺️青森県上北郡七戸町字荒館内215-5 🕒11:30～18:00 (L.O.17:30) 🗓️月曜、12月31日、1月1日※祝日の場合営業、翌日休み 🍽️ランチ700円～、カフェ200円～ 🚗JR東北新幹線七戸十和田駅南口から徒歩約2分、道の駅しちのへから徒歩約2分 🚗B-2

1.「温野菜別盛りカレー」(950円)。季節により野菜の種類も数も変化。2.「おとうふ・レアチーズケーキ」(350円)、「甘酒ゼリー」(350円)、「豆乳ふりん」(300円)など。3.青森観光の新起点・七戸十和田駅の目の前に立つ。



1.人気のマルゲリータ。2.スイーツバイキングは大人880円、子ども680円。3.ランチバイキングは大人1,380円、シニア&小学生1,080円、子ども680円。



おすすめ
ソファのあるリビング、隠れ家的半個室など6つのシーンをフロアに展開。

青森県上十三・ 十和田湖地区で見つける おいしいグルメがいっぱい。

上十三・十和田湖地区とは、青森県十和田市、三沢市、野辺地町、七戸町、六戸町、横浜町、東北町、六ヶ所村、おいらせ町、更に十和田湖をはさんだ県境の秋田県小坂町を含めた2市7町1村の総称です。

この地域は、自然文化、歴史の魅力がいっぱい。
自然の恵みをたっぷり受け、地域ごとに個性がある、
上十三ならではのおいしいグルメをご紹介します。
みんなで行きたいイベントと観光施設の情報も。

Contents

- P.01 上十三のランチ&スイーツ
- P.08 上十三おすすめ物産品
- P.10 観光施設リスト
- P.11 マップ
- P.12 イベント情報
- P.13 スタンプラリー

データの見方

- ☎ 電話番号
- 📍 住所
- 🕒 営業時間※ラストオーダーはL.O.と表記
- 🗓️ 定休日
- 💰 主なメニューの料金や平均予算
- 🕒 最寄りの駅やインターチェンジからの主なアクセス方法とおよその所要時間

価格について

掲載料金は特に明記がない限り、税込価格(8%)です。商品や仕入れの状況や時期、季節などにより価格に変動が生じる場合がございます。あらかじめご了承ください。

その他

- ・掲載情報の正確性には万全を期しておりますが、念のためお出かけ前に各施設にお問い合わせください。
- ・本誌掲載の画像・文章・デザインなどの無断転載は固くお断りいたします。
- ・本誌編集にあたりまして、ご協力いただきました関係者の皆さまには厚く御礼申し上げます。

▼観光に関するお問い合わせ

十和田市観光推進課	tel0176-51-6772
三沢市観光物産課	tel0176-53-5111
野辺地町地域戦略課	tel0176-64-2111 (内線267)
七戸町商工観光課	tel0176-62-2137
六戸町産業課	tel0176-55-4495
横浜町産業振興課	tel0175-78-2111
東北町商工観光課	tel0176-56-3111
六ヶ所村商工観光課	tel0175-72-2111
おいらせ町商工観光課	tel0178-56-4703
秋田県小坂町観光産業課	tel0186-29-3908

運営 上十三・十和田湖広域定住自立圏観光推進協議会
企画制作 株式会社ディリー・インフォメーション東北支社
取材編集・デザイン 株式会社月刊ファレテ
印刷 大日本印刷