

2026.2月発行

大阪市の野菜たっぷりグルメ

# やさしいTABE店

ロゴマークが目印！  
野菜がたくさん食べられるお店



**やさしいTABE店**とは

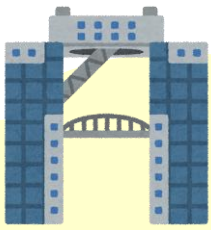
1人前およそ野菜120g(1日の目標量1/3)以上含むメニューを提供しているお店です



モーニング時間帯に1人前およそ野菜100g以上含むメニューの提供あり



テイクアウトのみ



# キタエリア



## 玄三庵 西梅田店

最寄駅 M 西梅田  
問合せ 06-4795-2215



## 花様 ka-you 西梅田 近江自家栽培ファーム 直営店

最寄駅 JR 大阪  
問合せ 06-6344-1761



## natural kitchen めだか 2号店

最寄駅 M 東梅田  
問合せ 06-6364-7108



## マルモキッチン グランフロント大阪店

最寄駅 JR 大阪  
問合せ 06-6467-8896



## Café&Meal MUJI グランフロント大阪

最寄駅 JR 大阪  
問合せ 06-6359-2173



## 発酵cafe kimi

最寄駅 JR 大阪  
問合せ 06-7713-3620



## barefoot curry リンクス梅田店

最寄駅 JR 大阪  
問合せ 06-6940-7878



## SOLVIVA 梅田店

最寄駅 阪急 大阪梅田  
問合せ 06-6377-1333



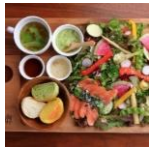
## 花様 ka-you 阪急梅田 近江自家栽培ファーム 直営店

最寄駅 阪急 大阪梅田  
問合せ 06-6377-6880



## プロムナードカフェ 阪急三番街店

最寄駅 阪急 大阪梅田  
問合せ 06-6136-3977



## おやさいガーデン TIERRA

最寄駅 阪急 大阪梅田  
問合せ 06-6313-1476



## マルモキッチン 阪急梅田店

最寄駅 阪急 大阪梅田  
問合せ 06-6374-5196



## ロートレシピ 梅田NU茶屋町プラス店

最寄駅 阪急 大阪梅田  
問合せ 06-6131-8071



## 菜の花食堂

最寄駅 阪急 大阪梅田  
問合せ 06-6147-7262



## SEA&FARM by YANMAR MARCHE

最寄駅 阪急 大阪梅田  
問合せ -



## 玄三庵 阪神梅田店

最寄駅 阪神 大阪梅田  
問合せ 06-6345-0798



## 串しゃぶ 菜彩

最寄駅 JR 北新地  
問合せ 06-6225-8318



## 蒸し料理専門店 mus

最寄駅 M 中津  
問合せ 06-6377-6363



## 札幌スープカレーJACK 中津店

最寄駅 M 中津  
問合せ 06-6743-4383



## ベジタブルキッチン onion

最寄駅 M 天神橋筋六丁目  
問合せ 06-4256-8896



## sfee plus

最寄駅 M 天神橋筋六丁目  
問合せ 06-6476-8255



## 麺元素製麺所

最寄駅 M 天神橋筋六丁目  
問合せ 06-6690-8585



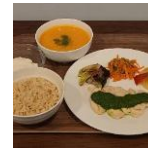
## サンドイッチマン

最寄駅 M 南森町  
問合せ 06-6354-1101



## ベジともアップキッチン

最寄駅 M 南森町  
問合せ 06-6360-4672



## Cherish Life

最寄駅 M 南森町  
問合せ 050-8880-7290



## 八百屋とごはん あさだ

最寄駅 M 南森町  
問合せ 06-4397-3233



## なかにわカフェ

最寄駅 JR 天満  
問合せ 06-6940-4378



## 野菜肉巻き串ぐるり 天五店

最寄駅 JR 天満  
問合せ 06-6335-9698



おなかすいた…



モーニング時間帯に1人前およそ野菜100g以上含むメニューの提供あり



テイクアウトのみ



## 淀屋橋・本町・北浜エリア



### 西天満 ミツバチ堂

最寄駅 M 淀屋橋  
問合せ 06-6363-3288



### 北浜うおじ

最寄駅 M 淀屋橋  
問合せ 06-6201-2314



### 玄三庵 淀屋橋odona店

最寄駅 M 淀屋橋  
問合せ 06-6221-5539



### 淀屋橋うおじ

最寄駅 M 本町  
問合せ 06-6223-9858



### 結・高橋家

最寄駅 M 本町  
問合せ 06-6281-2225



### ベジブルキッチン

最寄駅 M 本町  
問合せ 06-4706-3939



### 創作鉄板 mo-ri 堺筋本町

最寄駅 M 堺筋本町  
問合せ 06-6484-6856



### 八百屋とごはん むかい

最寄駅 M 堺筋本町  
問合せ 06-4300-3393



### 農家厨房 肥後橋店

最寄駅 M 肥後橋  
問合せ 06-4803-7803



### 農家厨房 北浜店

最寄駅 M 北浜  
問合せ 06-6222-3330



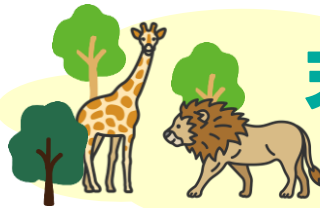
### 和カフェ・ごはん ことの葉 淀屋橋 北浜駅前店

最寄駅 M 北浜  
問合せ 06-7777-5931



### promenadeカフェ あべちか店

最寄駅 M 天王寺  
問合せ 06-6774-2455



## 天王寺・阿倍野 エリア



### モノクローム

最寄駅 M 天王寺  
問合せ 06-6770-1365



### 玄三庵 天王寺ミオプラザ館店

最寄駅 M 天王寺  
問合せ 06-6773-1055



### フォチャモ

最寄駅 M 天王寺  
問合せ 06-4400-9828



### Café&Meal MUJI 近鉄あべのハルカス

最寄駅 M 天王寺  
問合せ 06-6624-2260



### モクモク直営 農場レストラン お日さまのえがお

最寄駅 JR 天王寺  
問合せ 06-6627-0909



### TOMOYASU SEISAKUSYO Cafe & Bar

最寄駅 近鉄 大阪阿部野橋  
問合せ 06-6627-2004



### 玄米カフェ 実身美 あべの店

最寄駅 M 阿倍野  
問合せ 06-6622-2135



### お弁当の百里 あべの店

最寄駅 M 阿倍野  
問合せ 06-6621-4563



### わのわカフェ

最寄駅 M 阿倍野  
問合せ 06-6633-8739



### 大阪Bar 太陽

最寄駅 M 昭和町  
問合せ 090-7490-7739



### ハワイ

最寄駅 M 昭和町  
問合せ 06-7896-0801

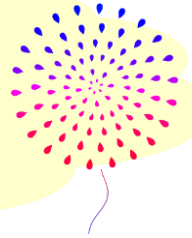


### TEPPAN 健心

最寄駅 JR 寺田町  
問合せ 06-6716-0966



# バイエリア



## ベジタブルレストラン グリーンズ

最寄駅 M 大阪港  
問合せ 06-6574-2930



## フレスコダイニング

最寄駅 JR 弁天町  
問合せ 06-6571-1845



## cafe & gallery minato

最寄駅等 C 平尾  
問合せ 06-7509-6521



## cafe lantern 角燈

最寄駅等 C 鶴町二丁目  
問合せ 06-6552-6358



## Little Farm Kitchen SAWA

最寄駅 M 九条  
問合せ 080-3832-6651



## お好み焼き くにちゃん

最寄駅 阪神 千鳥橋  
問合せ 06-6468-9292



## CARA・COLLON

最寄駅 阪神 千鳥橋  
問合せ 090-8954-4327



## 天天菜館

最寄駅 阪神 千鳥橋  
問合せ 06-6463-9614



## お好み焼き みやもと

最寄駅 阪神 千鳥橋  
問合せ 06-6461-6887



## 中華餃子王

最寄駅 阪神 千鳥橋  
問合せ 06-6131-4186



## 克政

最寄駅 阪神 伝法  
問合せ 06-6463-8622



## 本格スープカレーと 定食のお店 こうき屋 ATC店

最寄駅 M トレードセンター前  
問合せ 06-6654-8031



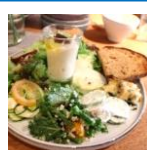
## cafe&dining goo-note

最寄駅 M トレードセンター前  
問合せ 06-6613-2150



## 大阪ふくちゃんラーメン 南加賀屋店

最寄駅 M 住之江公園  
問合せ 06-6681-2630



## MICRADO

最寄駅 M 北加賀屋  
問合せ 090-3736-0286



## 健康-野菜研究所 めばえキッチン

最寄駅 M 北加賀屋  
問合せ 080-9710-7900



## natural sand

最寄駅 M 北加賀屋  
問合せ -



# 福島エリア



## Mealthy

最寄駅 JR 福島  
問合せ 06-7710-2990



## 千陽 ちはる 福島店

最寄駅 JR 福島  
問合せ 06-6450-0082



## バランス食堂 七源

最寄駅 JR 福島  
問合せ 06-6454-0858



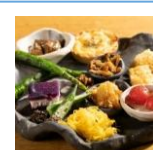
## Fish & Meat HANDS

最寄駅 JR 福島  
問合せ 06-6225-7296



## 八百屋とごはん ふかぼり

最寄駅 JR 福島  
問合せ 06-6346-3380



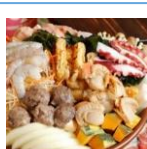
## 福島金魚

最寄駅 JR 新福島  
問合せ 06-4796-2133



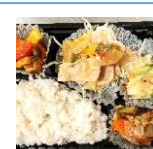
## 野菜肉巻き串ぐるり 福島本店

最寄駅 JR 新福島  
問合せ 06-6442-7222



## ちゃんこごっつ庵

最寄駅 M 野田阪神  
問合せ 06-6458-0230



## べじ米キッチン

最寄駅 京阪 中之島  
問合せ 06-6443-8125



モーニング時間帯に1人前およそ野菜100g以上含むメニューの提供あり



テイクアウトのみ



# 大阪城・京橋エリア



## バランス食堂&カフェ アスシヨク

最寄駅 M 森ノ宮  
問合せ 06-6910-4110



## フォカッチャモ

最寄駅 M 森ノ宮  
問合せ 06-4400-4215



## CafeBar NitakaNa

最寄駅 JR 森ノ宮  
問合せ 06-6450-5132



## 札幌スープカレーJACK 森ノ宮店

最寄駅 JR 森ノ宮  
問合せ 06-6948-5102



## 欧来食堂 TANAKA

最寄駅 M 谷町四丁目  
問合せ 06-6941-5747



## 季節を楽しむCafe もがな -mogana-

最寄駅 M 谷町四丁目  
問合せ 06-4792-8864



## げんき食堂

最寄駅 M 天満橋  
問合せ 06-6351-3395



## 創作鉄板ダイニング M831

最寄駅 M 天満橋  
問合せ 06-6949-6831



## 中国菜飯 味らい

最寄駅 JR 大阪城北詰  
問合せ 06-6809-4360



## 玄米カフェ 実身美 京橋店

最寄駅 京阪 京橋  
問合せ 06-6353-9333



## 李朝園 京橋店

最寄駅 京阪 京橋  
問合せ 06-6881-1234

# その他 北部・西部エリア



## イタリア料理店 ダウゴ

最寄駅 M 都島  
問合せ 06-6927-7009



## お食事 みはる

最寄駅 M 都島  
問合せ 06-6922-6688



## たこ焼き ZIPANG 都島店

最寄駅 M 都島  
問合せ 080-7200-5358



## Machi Cafe

最寄駅 M 蒲生四丁目  
問合せ 06-6955-9277



## 札幌スープカレーJACK がもよん店

最寄駅 M 蒲生四丁目  
問合せ 06-6978-4800



## 食べカフェ Pu-a-Pu

最寄駅 M 蒲生四丁目  
問合せ 06-6180-8859



## お好み焼き 千笑の輪

最寄駅 M 今福鶴見  
問合せ 06-6931-7676



## 手作り惣菜・お弁当 hina deli

最寄駅 京阪 野江  
問合せ 06-6955-8087



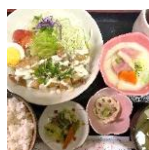
## Cafe Non

最寄駅 阪急 相川  
問合せ 090-3674-1553



## はし元

最寄駅 阪急 上新庄  
問合せ 06-6329-8661



## 喫茶館 グロリア

最寄駅 M 瑞光四丁目  
問合せ 06-6327-2984



## 中華料理ぐら

最寄駅 M だいどう豊里  
問合せ 06-7860-4062



## 御料理すずき

最寄駅 阪急 淡路  
問合せ 06-6322-0093



## LUNCH&しゃぶしゃぶ SUMIKA

最寄駅 M 東三国  
問合せ 06-6395-6555



## はぐるま

最寄駅 M 新大阪  
問合せ 06-6305-3500



**しゃぶしゃぶ×ワイン  
アスペルジュ**

最寄駅 M 西中島南方  
問合せ 06-6304-4793



**晴レ日日**

最寄駅 阪急 三国  
問合せ 06-6150-0501



**大阪ふくちゃんラーメン  
塚本店**

最寄駅 阪急 十三  
問合せ 06-6303-5040



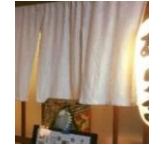
**ウチノオカン  
～野菜と麴のやさしいお店～**

最寄駅 JR 塚本  
問合せ 050-6862-9248



**カレーナンドスプーン**

最寄駅 JR 塚本  
問合せ 06-6838-3410



**健康和食 あらき**

最寄駅 JR 塚本  
問合せ 06-6478-1560



**restaurant マルハチ**

最寄駅 JR 塚本  
問合せ 06-6473-8622



**韓国居酒屋 ツインズ**

最寄駅 阪神 千船  
問合せ 06-6472-6777

※対象メニューの提供は水曜日のみ



**イスタンブール**

最寄駅 M 千林大宮  
問合せ 06-6954-9301



**レストハウス しんとう**

最寄駅 M 千林大宮  
問合せ 06-6951-0895



**千林エリア**



**炭火焼鳥 匠**

最寄駅 M 千林大宮  
問合せ 06-7710-1635



**たこ焼き ZIPANG**

最寄駅 M 千林大宮  
問合せ 06-6958-0055



**ここちこ**

最寄駅 京阪 千林  
問合せ 06-6951-9396



**糰とわたし。**

最寄駅 京阪 千林  
問合せ -



**きららみらい  
星の子 cafe**

最寄駅 京阪 千林  
問合せ 06-6958-0015

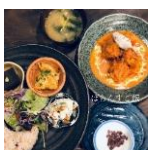


**鉄板焼・お好み焼  
大坂風月**

最寄駅 京阪 森小路  
問合せ 06-6955-4403



**その他 東部エリア**



**cafe-cafe  
ばらんす食堂**

最寄駅 JR 放出  
問合せ 06-6963-0012



**CAFE&学習塾  
THE BASE**

最寄駅 JR 放出  
問合せ 080-8539-2592



**LUNCH&しゃぶしゃぶ  
BIRD LAND 鶴見**

最寄駅 JR 放出  
問合せ 06-6915-3390



**生ハム&イタリアン  
VINO**

最寄駅 M 玉造  
問合せ 06-6761-5583



**cafe shade tree**

最寄駅 JR 玉造  
問合せ 06-4307-6558



**米粉と発酵Cafeことは**

最寄駅 M 新深江  
問合せ -



**ポケット**

最寄駅 M 鶴橋  
問合せ 06-6765-2178



**with cafe bar K**

最寄駅 M 鶴橋  
問合せ 06-7176-4368



**The Coffee Market  
145**

最寄駅 JR 桃谷  
問合せ 06-6773-1450



**葉菜茶**

最寄駅 JR 桃谷  
問合せ 06-6777-5722



**八百屋&Café  
はっぴ〜べじたぶる**

最寄駅 M 小路  
問合せ 090-7498-9643



**お好み焼き フジ**

最寄駅 M 北巽  
問合せ 06-6751-4861

# ミナミエリア



食べにいこっ!



## お好み鉄板居酒屋 DON

最寄駅 M なんば  
問合せ 06-6643-6578



## 和風スローカフェ 有機茶寮 by SOLVIVA

最寄駅 M なんば  
問合せ 06-6644-2782



## 八百屋とごはん かわさき

最寄駅 JR 難波  
問合せ 06-4392-0338



## Bistro ITADAKIMASU

最寄駅 南海 難波  
問合せ 06-6631-3923



## 四季彩Palette

最寄駅 M 心斎橋  
問合せ 06-6227-8345



## 玄米カフェ 実身美 心齋橋店

最寄駅 M 心斎橋  
問合せ 06-6224-0316



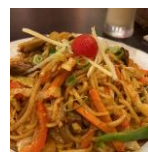
## ダイニングカフェ フラット

最寄駅 M 心斎橋  
問合せ 06-6241-7795



## プロムナードカフェ クリスタ長堀店

最寄駅 M 四ツ橋  
問合せ 06-6282-2153



## barefoot curry 南船場店

最寄駅 M 四ツ橋  
問合せ 06-6563-7732



## ダイワロイネット ホテル四ツ橋内 HIROMARU

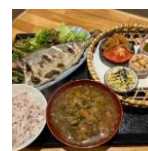
最寄駅 M 四ツ橋  
問合せ 070-7362-6026

※朝食のみの営業



## 八百屋とごはん もりした

最寄駅 M 四ツ橋  
問合せ 06-6532-3381



## まごころ料理 鷺見

最寄駅 M 西大橋  
問合せ 06-6536-3915



## Farm Cafe mothers 堀江店

最寄駅 M 西大橋  
問合せ 06-6541-2147



## 天然食堂かふう

最寄駅 M 西大橋  
問合せ 06-6533-0775



## 札幌スープカレーJACK 新町店

最寄駅 M 西長堀  
問合せ 06-6710-9654



## JUICY'S LABORATORY

最寄駅 M 阿波座  
問合せ 06-7508-5684



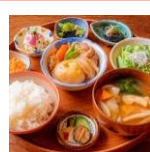
## 大阪あわぎ大食堂

最寄駅 M 阿波座  
問合せ 06-6445-5550



## 菜々菴

最寄駅 M 阿波座  
問合せ 06-6556-9585



## 八百屋とごはん かみや

最寄駅 M 阿波座  
問合せ 06-6533-0338



## 多丸屋

最寄駅 M 長堀橋  
問合せ 06-6243-6339



## 九州八豊 やせうまだんご汁

最寄駅 近鉄 日本橋  
問合せ 06-6214-5512

# やさしいTABE店 について詳しくはこちらから!



ホームページ



Instagram



マップ

お店を  
地図から  
探せます



# その他南部エリア



## だるま珈琲

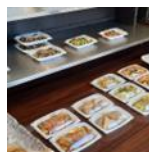


最寄駅 M 平野  
問合せ 06-6777-7442



## 鞍瀬

最寄駅 M 平野  
問合せ -



## 惣菜 とうふ 早川



最寄駅 M 平野  
問合せ 06-6792-0107



## ビオラヤカフェ

最寄駅 M 平野  
問合せ 080-5777-3088



## ころころ亭

最寄駅 M 喜連瓜破  
問合せ 06-6705-5600



## 大阪ふくちあんラーメン 平野店

最寄駅 M 喜連瓜破  
問合せ 06-6790-8806



## ふくろうのひとやすみ

最寄駅 M 出戸  
問合せ 06-6706-5281



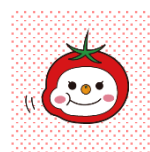
## 大阪ふくちあんラーメン 瓜破店

最寄駅 M 出戸  
問合せ 06-6701-4646



## 大阪ふくちあんラーメン 長原店

最寄駅 M 長原  
問合せ 06-6790-9213



## アモーレ



最寄駅 M 南翼  
問合せ 06-6753-8809



## 大阪ふくちあんラーメン 加美店

最寄駅 JR 加美  
問合せ 06-7777-5602



## 美味求真 幸

最寄駅 近鉄 針中野  
問合せ 06-6697-2222



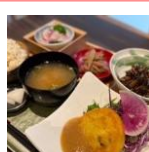
## おもしろく

最寄駅 近鉄 針中野  
問合せ 06-6690-7237



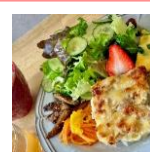
## 福福ラーメン 湯里店

最寄駅 近鉄 針中野  
問合せ 06-6790-3733



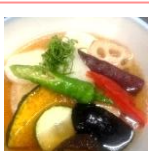
## 菜食ごはん Rocca

最寄駅 M 田辺  
問合せ 06-6621-8335



## 野菜と果物のCAFE Rashisa

最寄駅 JR 南田辺  
問合せ -



## 旬の酒場 さむらい

最寄駅 M 西田辺  
問合せ 06-6697-3655



## スンドゥブのまる喜

最寄駅 M 長居  
問合せ 090-6660-0033



## お好み焼き くる

最寄駅 M あびこ  
問合せ 06-6690-7628



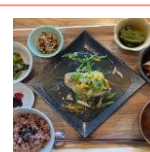
## 和ダイニング-ジャンプ

最寄駅 阪堺 我孫子道  
問合せ 06-6676-2090



## 器とカフェ あいろいろ

最寄駅 阪堺 帝塚山三丁目  
問合せ 06-6615-9738



## Hayuca Natural Kitchen

最寄駅 阪堺 姫松  
問合せ 06-6657-4425



## 一心



最寄駅 M 天下茶屋  
問合せ 090-3204-6079



## 食堂メトロ

最寄駅 M 天下茶屋  
問合せ 090-5655-8957



## 喫茶パズル

最寄駅 M 天下茶屋  
問合せ 070-9025-9020



## HaNa DINING (ハナダイニング)

最寄駅 M 玉出  
問合せ 070-9166-1877

やさしいTAFE店  
で、野菜を食べよう♪



発行

大阪市保健所 管理課 健康栄養グループ

☎ 06-6647-0662

✉ syokuiku-osaka@city.osaka.lg.jp

令和8年1月上旬現在