

田辺市の名物ランチ
あがら丼・あがら飯、てなんな？

「あがら」とは田辺の方言で「私たち」という意味。「当地の旬の食材を使った私たちの自慢の丼」という思いで名付けました。

田辺市には季節ごとの新鮮な海の幸や山の幸、特産品がいっぱい！この味をランチタイムにお気軽に味わってください！

※新型コロナウイルス感染症の影響等により、予告なく営業時間や定休日、内容が変更となる場合がございます。

※価格は消費税(10%)込みの金額です。予告なく価格が変更となる場合がございます。





3 道の駅 龍游 つぐみ食堂

龍神しいたけ丼 850円

(地元・龍神産の肉厚生しいたけをふんだんに使用した、ボリュームーな丼です！)

しいたけ嫌いも好きになる！くせが無く、肉厚ジューシーな生しいたけをフライにし、贅沢に丼に！自家製ソースが食欲をそそります！ベーコンを玉ねぎに変更する等ペジ対応も。

0739-77-0380 田辺市龍神村福井511

11:00～15:00 (L.O.14:30)

定休日:火曜日(祝日を除く)

ティクアウトOK



6 創作ダイニング 饗

熊野牛ローストビーフと龍神しいたけの天ぷら梅肉ソースかけ 1,650円

(地域ブランド牛の熊野牛を使用しておりますので、良質な肉の旨味を堪能できます。)

0739-24-1810 田辺市天神崎7-24

11:00～14:00 (L.O.13:45)

17:00～23:00 (L.O.22:30) 不定休

ティクアウトOK



9 めはり本舗 三軒茶屋 弘力庵

①めはり天そばセット 1,760円

(天むす風のめはりずしとそば(温・冷)のセット。)

海老の品質には特に気を遣っており、巻いている高菜の葉は、契約農家で栽培してもらっています。

②磯ま井そばセット 1,650円

(しらす井とそば(温・冷)のセット。磯間漁港直送のしらすと極旨刻み海苔の相性は抜群。)

0739-81-7707 田辺市栄町57

11:00～14:00 (L.O.14:00)

定休日:月曜日、火曜日(祝日を除く)

ティクアウトOK



12 だるま寿司

海鮮ちらし 1,000円

(ボリューム感があり、食べ応えもあります。)

0739-25-5008 田辺市新万22-16 定休日:火曜日

11:30～13:30 (L.O.13:30)

16:00～21:00 (L.O.21:00)

ティクアウトOK



1 宝来寿司

①ふっくら太刀魚丼 1,100円

(地元の太刀魚の照り焼きを丼にしました。)

②ふっくら太刀魚天井 1,100円

(地元の太刀魚を使った天井です。)

③かつおと釜揚げしらすのづけ丼ずし 1,210円

(かつおの漬けとしらすの丼です。ご飯は酢飯です。)

④たっぷりまぐろ丼 1,430円

(地もの生まぐろを使用した丼です。ご飯は白ご飯です。)

0739-22-0834 田辺市湊18-12 定休日:月曜日

10:00～15:00 (L.O.15:00)

16:00～21:00 (L.O.20:30) ①②のみ

ティクアウトOK



4 焼肉 熊野

熊野牛 焼肉重 1,320円

(地域ブランド牛の熊野牛を使用してありますので、良質な肉の旨味を堪能できます。)

精肉店を経営しているので、新鮮なお肉を直接仕入れる為、質の高いお肉を低価格でご提供できます。食べ放題も120品以上3,980円(税抜)、90品以上3,280円(税抜)、飲み放題1,500円(税抜)でご用意しています。土・日には熊野牛 焼肉重他2種類のランチ価格が990円(税抜)になります。

0739-24-7750 田辺市新庄町2915-51 不定休

11:00～14:00 (L.O.13:45)

17:00～23:00 (L.O.22:30)

ティクアウトOK



7 道の駅 龍神 ウディプラザ木族館

猪丼 850円

(猪肉をしょう油ベースのダシで煮込み、玉子でとじた丼です。)

お子様でも食べやすく味付けしています。当店一番人気の丼をご賞味下さい。

0739-79-0567 田辺市龍神村龍神170-3

[4月～11月] 9:00～16:00 (L.O.16:00)

[12月～3月] 9:00～15:00 (L.O.15:00) 定休日:水曜日(12月～3月)

ティクアウトOK



10 旬彩居酒屋 膳

①たなべえサンド 500円

(こだわりの甘味のある食パンを使用し、自家製の梅ジャム、ソースで仕上げたカツサンド。)

わかやま産品に登録され、テレビ、ラジオ等にも取り上げて頂き、これからどんどん田辺のB級グルメとして売り出していきたいと思っています。

②うつぼ天麩羅DON 900円

(紀南地方の郷土料理であるウツボと野菜を天ぷらにし、熊野米に乗せて自家製ダレで仕上げました。)

③海鮮DON 700円

(地元でとれた新鮮な魚をメインに、熊野米にふんだんにのせて自家製の醤油をかけて召し上がり下さい。)

0739-26-8551 田辺市湊25-16 定休日:木曜日

11:00～14:00 (L.O.14:00) ※ティクアウトのみ

17:00～23:00 (L.O.22:30) ※店内飲食

ティクアウトOK



13 道の駅 紀州備長炭記念公園 備長の郷

備長炭ラーメン 660円

(あっさりしたスープで、備長炭パウダーを練り込んだ真っ黒い麺です。)

備長炭ラーメンの他に、備長炭を入れて沸した水で入れた備長炭コーヒー、炭のパウダーを練り込んで作った炭ケーキもあります。紀州備長炭発祥の地で、歴史資料館のほか、炭業の見学、炭商品を販売する売店があります。また、備長炭炭焼作りや梅ジュース作り体験ができ、夏には備長炭でバーベキューもお楽しみいただけます。

0739-36-0184 田辺市秋津川1491-1 定休日:水曜日

[4月～11月] 9:00～17:00 (L.O.16:00)

[12月～3月] 9:00～16:00 (L.O.15:00)

ティクアウトOK



2 麺、寿司、喰べ処 一吉 国道バイパス店

①贅沢天井 980円

(太刀魚・海老・野菜の天井です。)

②熊野米の海鮮ちらし寿司 950円

(甘みある熊野米の酢飯に新鮮なネタをびっしりしきつめました。)

③熊野牛焼肉重 1,280円

(熊野牛のロースを食欲そそる自家製醤油ダレでさっと炒めたスタミナ満点の重に仕上げます。)

④磯間産ミニしらす丼 420円

0739-25-0772 田辺市下万呂589-1

11:00～22:00

定休日:なし

ティクアウトOK



5 海鮮れすとらん 勘八屋

①海鮮ひつまぶし膳 1,958円

(当店人気ナンバー1の海鮮ひつまぶし膳です。)

新鮮な魚介類に地元で水揚げされた生しらす、生まぐろを使用しています。仕上げに昆布茶をかけて召し上がると絶品です。

②生しらす丼 1,408円

(磯間産生しらすをご飯にたっぷり盛りつけた丼ぶりです。)

③生しらすまぐろ丼 1,408円

(磯間産生しらすと勝浦産生まぐろをご飯にたっぷり盛りつけた丼ぶりです。)

0739-25-5558 田辺市新庄町2926-15

11:00～14:30 (L.O.14:00)

17:00～22:00 (L.O.22:00) 不定休

ティクアウトOK



8 イタリア料理 ZUCCA(ズッカ)

熊野米と御坊のおはよー卵を使ったチーズいっぱいおぼれるオムライスリゾット風(ドリンク付き) 1,210円(ティクアウト972円)

(みんな大好きオムライス、熊野米をトマトソースで炊き上げた2つの味を楽しむズッカオリジナル。)

伸びるモッツァレラチーズ入りのオムライスがスープにおぼれてリゾット風になる洋風ひつまぶし。ちょっと珍しい、でもちゃんと素材にこだわった田辺発のオムライスです。)

スパゲッティを中心としたお店で、手頃でお得なセットを営業時間内はいつでも提供しています。お一人からご家族まで気軽に楽しめます。)

0739-25-6068 田辺市朝日ヶ丘21-1

ランチ/10:00～L.O.15:30頃

ディナー/16:30～L.O.19:00頃

ティクアウトOK



11 道の駅 熊野古道中辺路

鮎のひつまぶし丼 850円

(市内流域の鮎を食べやすい大きさと味の珍しい丼ぶりにしてみました。)

0739-65-0671 田辺市中辺路町近露2474-1

9:00～14:30 (L.O.14:30)

定休日:木曜日(12月～2月)、1/1～1/3

ティクアウトOK



14 熊野・ふるさと食堂しゃりはん

①熊野のあんかけうどん めはりセット 1,050円

(地元野菜をたっぷり使ったボリュームあふれるうどんと地元はり菜のめはりずし。)

②熊野の奥駆け井 880円

(熊野の険しい山々で修行する修験者達に思いを馳せた鶏肉と野菜等の卵とじ丼です。)

③紀州茶がゆ定食(2人前から注文可) 1人前1,200円

(熊野の郷土料理、茶がゆをメインに地元食材を小鉢に集めた定食です。炊き上がりに30分要します。)

0739-49-0275 田辺市鮎川597-86 不定休

10:00～14:00 (L.O.14:00)

17:00～19:00 (L.O.19:00) ①②のみ

ティクアウトOK

あがら丼・あがら飯2022スタンプラリー

期間:2022年4月1日～2023年3月31日

応募期間(お一人様何度でも応募できます。郵送は当日消印有効。)

前期:2022年4月1日(金)～2022年9月30日(金)

後期:2022年10月1日(土)～2023年3月31日(金)

新人賞
10名様★

スタンプ1個で応募可能

田辺よりすぐり
特産品セット(小)

3,000円相当!

愛好家賞
10名様★

スタンプ3個で応募可能

田辺食べ比べセット
or
田辺呑み比べセット

5,000円相当!!

名人賞
3名様★

スタンプ6個で応募可能

田辺よりすぐり
特産品セット(大)

3ヵ月分
5,000円相当×3ヵ月
=15,000円相当!!!

賞品



田辺食べ比べセット



田辺呑み比べセット



田辺特産品セット(大)

※写真は一例です。当選発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。

★…前期後期、各期の人数です。

「あがら丼」・「あがら飯」一品につき、スタンプを1個ゲット!異なるお店のスタンプを集めて賞品を当てよう!

※同一店舗のスタンプは一つとしてカウントします。

感染症対策に十分気を付けてスタンプラリーに参加しよう!



スタンプ1コ
新人賞
応募可能

スタンプ3コ
愛好家賞
応募可能

スタンプ6コ
名人賞
応募可能

希望する賞品に1つチェックを入れてください。→

田辺よりすぐり
特産品セット(小)

田辺食べ比べ
セット

田辺呑み比べ
セット

田辺よりすぐり
特産品セット(大)

✓

✓

✓

✓