



子どもと行ける 飲食店



取材・撮影・文
澁谷 麻矢、徳丸 由利子、廣田 亜希子

子どもを連れて、のんびりランチ。子ども Welcome! で受け入れてくれたら、子育て中のママにとって、気が楽になりますよね。

今回、市民まつりの西東京子育てコムブースでおこなった情報誌の掲載記事希望アンケートで最も要望が多かったのが、「子連れで入れるお店が知りたい」「ゆっくりと過ごせるお店が知りたい」でした。さっそく、ママ記者が子連れでも安心して行けるお店を探してみました。

子連れにもからだにもやさしいランチ♪

Green Leaf Kitchen (グリーンリーフキッチン)



- 〒 東京都東久留米市東本町1-8 Emio 東久留米1F
西武池袋線東久留米駅北口徒歩1分
- ☎ 042-479-0025
- 🕒 11:00～20:30 (L.O.20:00)
- 👤 なし
- 🍷 なし
- 📍 あり(店舗出てすぐ横(建物内))
- 👥 可、貸切は30名以下の場合要相談
- 🅓 駐車場、駐輪場ともに近隣コインパーキング
- 🚫 禁煙
- 📄 ブログ: <http://ameblo.jp/20061125hina/>

2010年にオープンした子連れに嬉しいカフェ。白い壁にアースカラーのソファが並びリラックスできる店内は、椅子やテーブルの角が丸くなっているので動きまわる子どもにも安心。キッズスペースの隣にはソファ席があり、子どもが遊んでいるそばでゆっくりお茶もできます。

パスタのランチは日替わり2つと定番7つから。メニューは「子どもと一緒に食べられるものを」をコンセプトに、十五穀米でいただくハンバーグランチ1130円やカレーセット980円など、おいしくてからだにやさしいものばかり。オーガニックのコーヒーや紅茶もおいしいと評判です。

人気のバナナやオレンジのジュースは店頭で搾っています。

パスタを短くカットしたり、飲みものをフタ付きマグで出してくれたりという、ママに嬉しい心遣い♪

また、アレルギー25品目表示はもちろん、お子様ランチはそれらを除去した内容に変更できます。

お店ではお誕生日会もできて、手づくりケーキは予約も可能。スタッフはみなさん親しみやすく、細やかな心配りが印象的。いつでも気軽に行ける、子連れをやさしく見守ってくれるお店です。

★特典★

『ホットペッパーグルメ』にクーポン掲載あり。チェックしてみてね♪
HP <http://www.hotpepper.jp/>

困ったときのファミレス♪

意外と違うキッズメニュー！

一番気楽にお出かけできるレストランといえば、ファミリーレストランですね。

そこで今回は、西東京市に店舗があるチェーン店のキッズメニューを、ホームページで調べてみました。お出かけの際の参考にどうぞ。



「fuu」とひと息つける場所

Natural Cafe fuu (ナチュラルカフェ フウ)



- 〒 練馬区関町南4-20-2
西武新線練馬駅南口徒歩15分
- ☎ 03-5903-9328
- 🕒 11:30～17:00 (都合により前後あり)
- 👤 不定休 (HPで要確認)
- 🍷 なし
- 📍 あり
- 👥 ランチは前日までに要予約 (詳細はHPを確認)
- 🅓 駐車場近隣にコインパーキングあり/駐輪場なし
- 🚫 禁煙
- 📄 HP <http://cafe-fuu.ciao.jp>

子育て中のオーナー川口明美さんが、「こんな場所があればいいな、こんなの食べたいな」そんな思いで2011年に始めました。店名の通りこは「ふう〜」とのんびり、リラックスできる場所。

店内は子連れに配慮した畳とフローリングの床。畳部分は簡易投乳スペースも兼ねており、お昼寝用の綿毛布も用意されています。

ランチやスイーツは、吟味した食材で添加物を使わない、野菜を中心としたメニュー。取材時にいただいたのは、ランチのスコーンセット(野菜のスコーン、オーガニックコーヒー、ジャムとピクルス)720円と、イチゴムースゼリータルト420円。野菜のスコーンはサクサクと食感がよく、ペロッと食べられます。イチゴムースゼリータルトはきれいなピンク色に心が弾み、食べると口中に甘酸っぱいイチゴの味が広がります。幸せな気分。

また、Tofuのチーズケーキ(バイクドとレア各420円)は、開店当初から何度もレシピをアレンジしたため、オーナーも思い入れがあり、日替わりで見つけたらオススメしたいケーキです。

開店当初は毎日営業していましたが、子育てとの両立のため今は、週2、3回(不定期)での営業です。そのため、ランチは要予約、ランチ・カフェ利用の際は当日電話での確認がオススメ。

また、子連れでも参加できるナチュラルスイーツ&ランチの教室や、ベビーマッサージの教室なども開催。営業日や教室開催日についてはホームページでご確認ください。



チェーン名/メニュー	ランチ	ハンバーガー	ご飯類	うどん	パスタ	カレー	ホットケーキ	ポテト	その他のメニュー*	ドリンク		
									メイン	サイド	飲料/デザート	
安楽亭			260~	290	390	390		290	580	50~	50~	小学生未満
カーサ	820		620	600	600	620	580		340	100~	100~	
グランチエゴデーズ			399	399	149	349	399	399	149	129~	100	小学生未満
ココス	580	480	150	280	280	280	380	100	380	100~	100	小学生未満
ジョナサン			490	490	100~	440	490	320	100	100	100	小学生未満
ダニーズ	530	305	150	380			280	150		150	100~	
バーミヤン			399~	149	399~	499	349		149~	100~	100	小学生未満
びゅくりドンキー	388~	408~								108~	88~	
夢庵	699	479	114~	499		599			95		100	小学生未満
ロイヤルホスト	500	480~	160		450	450	380	100	160	100~	100~	小学生未満

※価格は税別です。*は別途料金がかかります。ご参考:おにぎり、オムライス、チャーハン、丼、焼きそば
その他のメインメニュー:焼き肉、焼肉用フルーツヨーグルトなど サイドメニュー:米粉パン、スープ、コーン、サラダ、アイスクリームなど