



大自然の中でサウナの気持ち良さを伝えたい。  
大分県にありながら温泉の出ない街・豊後大野市で発足したアウトドアサウナ協議会です。  
豊かな自然を活かした川サウナや鍾乳洞サウナ、廃材を再利用したユニークなサウナ小屋があります。

Presented by II SAUNA LAB.

Authentic

**BUNGO ONO SAUNA MESH!**  
豊後大野サウナ飯

ALWAYS

Yummy!

Tasty!

AWESOME

DELICIOUS!

Bon appétit menu

Best Cuisine

Best Choice



ここでしか味わえない蕎麦の新世界!

## 01 そばダイニング WASABI の 冷やしラー油肉そば ¥900 (税込)

店舗名: そばダイニング WASABI  
 営業時間: 11:30~15:00 / 17:00~24:00  
 定休日: 不定休  
 住所: 大分県豊後大野市三重町市場 1606-1  
 TEL: 0974-22-7118



モチモチ太麺にピリ辛のタレが合います!  
 甘辛に炊いた牛肉と生卵との相性が抜群!

## 02 豊後めん処 くんぶうの 牛肉辛麺 ¥900 (税込)

店舗名: 豊後めん処 くんぶう  
 営業時間: 11:00~15:00 (ソフトクリームは 16:00 まで)  
 定休日: 不定休  
 住所: 大分県豊後大野市清川町砂田 1567-4 道の駅よかわ内  
 TEL: 0974-35-2888



肉の甘味と辛さが相まって抜群のハーモニーを  
 引き出してくれます。  
 1~30 辛まで選べるやみつき蕎麦!



辛いのが得意な人はぜひ 30 辛にチャレンジ!

## 03 中華料理 香蘭 (シャンラン) の 油淋鶏 ¥950 (税込)

店舗名: 中華料理 香蘭 (シャンラン)  
 営業時間: 日~火 11:00~15:00 / 16:30~18:00  
 水 11:00~15:00 金・土 11:00~15:00 / 17:00~20:00  
 定休日: 木、第 2、4 水 / 祝日の場合は営業  
 住所: 大分県豊後大野市三重町宮野 2791-1 道の駅みえ  
 TEL: 080-6456-6486

少し酸味の効いた甘辛いタレとカラッと揚  
 かった鶏が食欲をそそります



そびえ立つ油淋鶏に舌鼓!



「サ」の文字を書いてくれるかは店主の気分次第

## 04 カフェバラムの ロウリュカレー ドリンク付き ¥1,000 (税込)

店舗名: カフェバラム  
 営業時間: 11:00~17:00 定休日: 水  
 住所: 大分県豊後大野市清川町 三五 1699-2  
 TEL: 090-4340-2906



カレーのロウリュを浴びて食べる究極のサウナ飯!

## 05 大衆食堂 駅前大五郎の 大五郎定食 ¥800 (税込)

店舗名: 大衆食堂 駅前大五郎  
 営業時間: 9:00~19:00 定休日: 日・祝日  
 住所: 大分県豊後大野市三重町赤嶺 2928  
 TEL: 0974-22-0307



これぞ老舗の味! どこか懐かしさを感じる定食です。



上にかかるデミソースはメンチとの相性バツグン!

カボスによる味変化はぜひお試しを!



## 06 Cafe greenbrown の グリーンカレー ¥850 (税込)

店舗名: Cafe greenbrown  
 営業時間: 10:00 ~ 17:00 (ランチ 11:00 ~ ラストオーダー 16:30)  
 定休日: 木・第 2 水、その他臨時休業あり  
 住所: 大分県豊後大野市千歳町下山 878-3 TEL: 0974-27-5534



魚介の入ったグリーンカレーと季節のスープが絶品!

## 07 Hibari COFFEE&BREAD の BBQ ポークサンド ¥356 (税込)

店舗名: Hibari COFFEE&BREAD  
 営業時間: 8:00~17:00 (Drink ラストオーダー 15:00 まで)  
 定休日: 日・月  
 住所: 大分県豊後大野市三重町赤嶺 2924-13 TEL: 0974-22-8555



サウナのあとの BBQ ソースが食欲をそそる一品です。



BBQ ポークサンドの他に大人気のメロンパンもオススメ



まったく臭みのない猪肉は大分県産のもの!

## 08 LAMP 豊後大野のシシ麻婆

¥1,200 (税込)

店舗名: LAMP 豊後大野  
営業時間: 10:00~21:00  
定休日: 月・火  
住所: 大分県豊後大野市緒方町尾平鉱山 57  
TEL: 0974-47-2080



イノシシ挽き肉にスパイシーな麻婆でさらに汗を流す逸品!

## 09 串厨房 SAKURA の手ごねつくね/特製ニラ棒2本セット

¥440 (税込)

店舗名: 串厨房 SAKURA  
営業時間: 17:30~22:00  
定休日: 日 (月が祝日の場合、日曜営業)  
住所: 大分県豊後大野市三重町市場 1616-11  
TEL: 0974-22-3839



柔らかくジューシーなつくねにサッとカボスを絞って召し上がれ~!

サウナの後にビールとの相性は◎



(写真は2人前)

## 10 居酒屋 TANTO のサラミとクリームチーズのピザ/ハイネケン生ビール

¥2,035  
¥550 (税込)

店舗名: 居酒屋 TANTO  
営業時間: 17:30 ~ 23:00  
定休日: 不定休  
住所: 大分県豊後大野市三重町赤嶺 3007-2 日坂ビル 1F  
TEL: 0974-22-1818

ボリュームたっぷりのピザはサウナの後のお腹を完全に満たしてくれます!



サラミとクリームチーズのハーモニーは神!



KING OF ガッツリランチの大盤振る舞い!

## 11 レストランすえひろのすえひろランチ

¥1,155 (税込)

店舗名: レストランすえひろ  
営業時間: 11:30 ~ 13:30 / 17:00 ~ 20:30 (オーダーストップ)  
定休日: 第1、3日  
住所: 大分県豊後大野市三重町市場 690-1 TEL: 0974-22-3328



洋食屋のランチは多種多様なフライで満たされること間違いなし!

## 12 寿司割烹にし村のワンプレートごはん

¥1,650 (税込)

店舗名: 寿司割烹にし村  
営業時間: 11:00~14:00 / 17:00~23:00 定休日: 不定休  
住所: 大分県豊後大野市三重町市場 1667  
TEL: 0974-22-2415



海の幸、山の幸をそのままふんだんに用い、温かいものから冷たいものまで食材や調理法、味わいのバランスが絶妙なワンプレート!



夜のワンプレートは予約が必要です☆

## 13 食事処 ひらおのカツハヤシ

¥800 (税込)

店舗名: 食事処 ひらお  
営業時間: 11:00~14:00 / 17:00~20:30 定休日: 土日祝  
住所: 大分県豊後大野市三重町市場 172-1  
TEL: 0974-22-0413



サウナのとなりのいで勝利したあとは、カツハヤシでさらに勝利を掴むべし。とにかくボリュームー!



じっくり煮込んだハヤシにカリッとあげたカツの黄金比が◎

## 14 Base Camp のホタテのアヒージョ

¥1,000 (税込)

店舗名: Base Camp  
営業時間: 20:00~26:00 定休日: 不定休  
住所: 大分県豊後大野市三重町赤嶺 3007-5 一六ビル 1F  
TEL: 090-8297-3899



わかりますか?ビールを飲んだ後にこのアツアツのアヒージョを食べたら極上の世界が待っていることを。



魚類の出汁が染み込んだオリーブにパンをつけて。



上の黄身が辛さとの良いアクセントになります。

15 九州らうめんの  
じゃんそば

¥700  
(税込)

店舗名：九州らうめん  
営業時間：平日 11:00~15:00 / 17:00~21:00  
土日 11:00~21:00 定休日：火  
住所：大分県豊後大野市三重町赤嶺 1042  
TEL：0974-22-4026



箸で全体をまぜて、口に入れた瞬間に天国への扉を開いてくれる山椒の効いた混ぜそばです。

16 cafe 月の舎の  
おおいた和牛ハンバーグ

¥1,518  
(税込)

店舗名：cafe 月の舎  
営業時間：平日 11:00~16:00 / 土日祝 11:00~17:00 (ランチタイム 11:30~/ランチプレート 11:30~14:00) 定休日：火・水  
住所：大分県豊後大野市三重町小坂 4165-12  
TEL：0974-22-7077



大分にきたらぜひおおいた和牛を食べてほしいのですが、その和牛を使った贅沢なランチ!



コトコト煮込んだソースと肉汁たっぷりな和牛ハンバーグは天国へのパスポート



パリッと揚がったアジフライを食べた瞬間の音を体感してほしい。

17 お食事処 若竹の  
アジフライ定食

¥880  
(税込)

店舗名：お食事処 若竹  
営業時間：11:30~13:30 / 17:00~19:30  
定休日：日  
住所：大分県豊後大野市三重町市場 1153-3  
TEL：0974-22-6360

昔ながらの雰囲気はどこか懐かしい、肉厚のアジフライが食欲をそそる定食です。



大分にきたらだんご汁を食べなかったら語れない!

18 レストラン白滝の  
だんご汁定食

¥800  
(税込)

店舗名：レストラン白滝  
営業時間：平日 10:00~15:30 (LO15:00) 土日祝 11:00~15:00 定休日：年中無休 (年末年始要問い合わせ)  
住所：大分県豊後大野市緒方町原尻 936-1 道の駅原尻の滝内  
TEL：0974-42-2742



サウナで失った塩分をしっかりリカバリーできる、The 郷土料理!

19 レストラン福寿草の  
豊後牛牛丼

¥1,200  
(税込)

店舗名：レストラン福寿草  
営業時間：11:00~17:00  
定休日：年中無休 (年末年始要問い合わせ)  
住所：大分県豊後大野市朝地町板井迫 1018-1 道の駅あさじ内  
TEL：0974-72-0066



豊後牛をふんだんに使った牛丼です。激ウマ◎



お分かりだろうか。豊後牛と玉子の組み合わせは最強であることが。



チーズナンがめちゃウマです

20 インド料理 夢や三重店の  
サウナカレーセット

¥1,100  
(税込)

店舗名：インド料理 夢や三重店  
営業時間：11:00~17:00 / 17:00~23:00  
定休日：第3水  
住所：大分県豊後大野市三重町市場 426-2 三重不動産ビル1F  
TEL：0974-22-7037

サウナのために作られたサウナカレーセット (ドリンク付き)

