

死ぬ覚悟で
元、取ります!

ガッツリ楽しく
呑み食いたい! 第2弾
新装刊

でも金は出さん!
そんなオヤジ
たちへ...

1000円^半から楽しめる
食べ放題、呑み放題!

月刊

2010 10
月号

定価 550
円

銀座・新宿
赤坂・池袋

激戦4大ビジネス街の

1000円以下

ランチbuffe

焼肉

しゃぶ
しゃぶ

シウ
スコ

3000円でいける!

肉食べ放題

+カニ&寿司 ランキング

体を張って食べ・呑みまくり! 実録

◎自然食buffe

◎ホテルバイキング

◎居酒屋呑み放題

◎食べ放題バスツアー etc.

意気
揚々

食べれば食うほど
得をする!

食べ放題、
呑み放題!

新宿・池袋・日本橋

デパ地下 レストラン 物産展 を辛口探点

デパート査定
2010秋

ほとんど

ビジネス街

激戦エリア 4

ランチ1000円

ランキンング

今回は激戦区と名高い
銀座・新宿・赤坂・池袋の
4エリアでランキンング。
さらにエリアを越えての
総合ベスト3を発表!
まずはナンパーワンに
輝いたこの店から
ご紹介しよう!

総合1位
(池袋1位)

三階の花炒り豆

さんかしのいりめにはな
●詳細は次の頁

赤坂エリア

行きたい! BEST 3

1位 Bane BAGUS

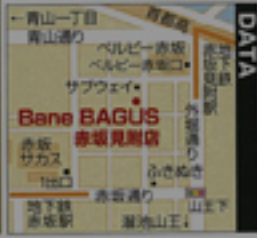
赤坂見附店

ぼんぼん あかどきみつてん

これぞbuffeの王道

ゆったりとした空間で食事のできるこの店は、サラダ、スープ、各種メイン料理などがほぼ日替りで登場。さらにパスタ、カレー、3種のライスと3種のパンなどが食べ放題となっている。プラス280円のデザートビュッフェも甘党にはおすすめだ。

④エビのサルピコンサラダ・オーロラソース。5種類の野菜とたっぷりの小エビをオーロラソースで和えた一品



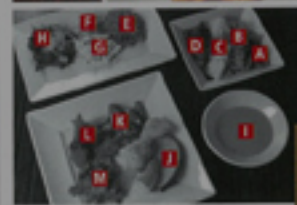
DATA
港区赤坂3-10-4
月世界ビル4F
TEL03-5561-6006
営業11時30分～翌5時(ランチは平日～15時)、日暮17時～23時 送なし
定150席 ④赤坂見附駅
ベルビー赤坂口より徒歩1分 ④夜間可 ※喫煙



これが
ブッフェ

食べ放題DATA

BAGUSランチビュッフェ
980円 平日11時30分～15時
④自営は食べ放題の実施なし
小学生以下 無料
制限時間なし
エースメニュー エビのサルピコンサラダ
メニュー数 約20種



- A 野菜カレー B 十穀米 C 白米
- D イエローカレー E ナンゴレン
- F ジャポウチキチキサラダ G マカロニサラダ
- H 野菜のミックスサラダ
- I 豆乳カボチャスープ J パン盛り合わせ
- K ソーセージと色々野菜のバターソテー
- L 白身魚フライ
- M 牛/豚肉と野菜のフリカッセ

Oyster Bar&Restaurant Ostrea

おすたーばーあんどおすとらん おすとらん

3位

カキフライ好き集合!

全国的にも珍しいカキフライの食べ放題を実施しているレストラン。パスタやお寿司料理から1品を選び、そのほかにカキフライや日替りの各種前菜などが食べ放題となるシステムだ。

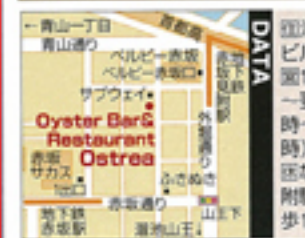


これが
ブッフェ

食べ放題DATA

ランチビュッフェ
1000円 平日11時30分～15時
④自営は食べ放題の実施なし
3歳～小学生 500円
制限時間なし
エースメニュー カキフライ
メニュー数 約15種

④右手刺身/刻みこんぶ和風煮、春雨カレー、オストレア大学イモ、パン、サラダ(いずれも食べ放題メニュー)、左皿/週替わりパスタ(数品の中から1品を選ぶ)、右奥皿/桃のクラフティほかデザート各種



DATA
港区赤坂3-10-4 月世界ビル1F TEL03-6230-1100
営業11時30分～15時、17時～翌1時(※～翌5時)、④16時～翌1時、日暮16時～23時 ※ランチは平日のみ 送なし 定38席 ④赤坂見附駅ベルビー赤坂口より徒歩1分 ④夜間可 ④送迎可

④下段左皿/野菜炒飯、下段中皿/ムキ老のチリソース煮、竹の子と豚肉煮込み、上海風炒めヤキソバ、中段左皿/鶏手羽のオープン焼き、白身魚の葱油醤油揚げ、ビーマンと牛肉の細切炒め、マッシュルームと青梗菜炒めほか、中段中皿/春巻、野菜マングウ、花巻

④麻婆豆腐は人気の定番メニュー。ご飯が何杯でもいけてしまう。ネギを振りかけてどうぞ

これが
ブッフェ



2位 上海大飯店

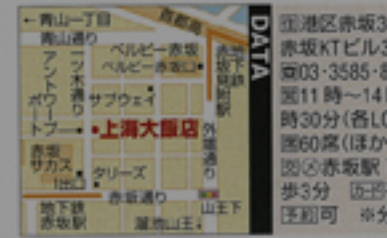
しゃんはいたい しゃんたい

いい仕事してます!

煮物、焼物、炒めものをバランスよく配し、1000円で十分に満足のいく中華バイキングを楽しませてくれる。中でも麻婆豆腐と炒飯は鉄板。蒸籠コーナーにある饅頭や花巻も必食だ。

食べ放題DATA

ランチバイキング
1000円 平日11時～14時(LO)
④自営は食べ放題の実施なし
子供も同料金
制限時間なし
エースメニュー 麻婆豆腐
メニュー数 約20種



DATA
港区赤坂3-16-7
赤坂KTビル3F TEL03-3585-8882
営業11時～14時、17時～21時30分(各LO) ④自営 定60席(ほか個室8部屋) ④赤坂駅1出口より徒歩3分 ④夜間可 ※分煙

ハズレの店も多いなか、激戦区で光る3店

赤坂と聞くと政治家たちが密談を交わす高級料亭をどうしてもイメージしてしまうのだが、実はバイキング激戦区なのをご存じだろうか。しかし数が多ければいいというわけでもない。食べ歩いてみると「ん〜」という残念な店も結構多かった。そんな中で、光る何かを持っていたのがここで紹介する3軒の店だ。

Bane BAGUSは13時過ぎで7割程度の入り。といっても店内がとて広いので客の数は結構多い。料理は和洋中をバランスよく織りまぜている。サラダが4種あったり、ご飯も十穀米が用意されていたりと健康面にも十分配慮されている。料理がなくなる前にいち早く補充されることも好印象だった。

きつちりと仕事がなされたエビチリ、麻婆豆腐、豚肉煮込みといった中国料理を1000円で楽しませてくれたのが**上海大飯店**。実はこの日もう一軒リサーチに行く予定だったのだが、思わず食べすぎて2軒目を断念することになってしまった。

カキフライが食べ放題と聞いて駆け付けた**オストレア**も品数こそ少ないものの、満足のいくランチを楽しませてくれた。カキフライが少々揚げすぎなのが気になったが、1000円でカキフライを食べ放題にしている点は評価に値する。

赤坂は激戦区とあって浮き沈みも激しい。今後、どんな店が出てくるのか、大いに注目していきたい。