おから活用GPエントリー商品

各エントリー商品はカテゴリー別に記載しています。

エントリー商品枠／カテゴリー	マーク
🟪 料理・惣菜	🛍 テイクアウト可能
🟨 菓子・デザート	🍴 イートイン可能
🟦 アイデア・サービス	🕒 要予約・確認推奨

チケ得 チケ得サービス対象店 ※詳しくは、右下の「チケ得サービス」の欄をご覧下さい

お店の場所は「一覧表」のページを見てね！

※ 問い合わせ方法は、各店舗によって異なります。

No. 1 いわし 卵の花漬け（酢漬け）

犬竹魚店

時期の鮮魚をはじめ日替わりでお刺身やお惣菜を販売しています。ご注文に合わせてお刺身盛り合わせやギフトセット等も承ります。
この商品は年末の定番商品として先代より受け継いできた商品です。酢締めにしたいわしを甘酢をからめたおからで漬け込みました。
もともとは保存食でしたが時代にあわせて食べやすい味付けに調整しています。

問合せ 03-3801-5223
価格 400円～500円／1パック 🛍

No. 2 オカラ・ウプマ

なんどり

荒川遊園地前の電停からすぐ近くの小さな南インド料理店。野菜料理のバリエーションが豊富。スパイスを効かせた肉・魚料理も、やみつきになりますよ。
化学調味料・保存料等は無添加。
もともとは小麦粉とスパイスを加えて練ったそばがきのような料理です。おからと雑穀で低糖質化を実現しました。まろやかで優しい味わいです。

問合せ 03-3800-6494
価格 1,500円 🍴 🕒

調理に時間がかかるため、ディナーのみ提供とさせていただきます。

No. 3 アサリのおからご飯

すしとら

荒川区南千住一丁目のお寿司屋さんです。荒川総合スポーツセンターの向かい、少し道を入ったところにあります。お気軽にお越しください。
お出汁を含ませたオカラにアサリの炊き込みご飯を合わせました。おからがたっぷりと出汁を吸い込むのでアサリの味が口の中いっぱいにひろがります。

問合せ 03-3891-4759
価格 1,000円 🛍 🍴

提供時間は18時からとなります。

No. 4 とろ～りチーズのおからスティック春巻き

四季旬菜 氣まぐれ

日暮里駅北口改札を出て東口から徒歩3分！
アットホームな雰囲気で、旬の料理と地酒を中心に営んでいる居酒屋です。お気軽にお立ち寄りください。
おからとチーズと大葉のスティック春巻きです！
ハーブソルトで味付けしたおからとチーズの相性バッチリ！
ビールのお供に最高！ぜひご賞味ください。

問合せ 03-5811-5810
価格 600円 🍴

No. 5 ラスサンド（ハロウィンver）

ラスポテト専門店 ラスフリット チケ得

日本初のラスポテト専門店。
外はカリカリ中はモチモチの昔懐かしいラスポテトを提供しています。
魔法使いの姿をした犬の期間限定商品。
おから入りのサクサク香ばしいラスポテトをたこ焼きにコーティングして、トルティーヤに包みました。

問合せ 03-3891-1586
価格 600円 🛍

No. 6 オカラと酢味噌のトコロテン

山内商店 チケ得

寒天製造卸業として、荒川区で昭和24年創業。
近年は小売にも力を入れており、店舗では1個から購入できます。
10種の餡蜜、4種のところてんを展開しており、手土産として大変喜ばれております。当店の手づくりトコロテンにオカラと酢味噌をトッピング！
お好みでラー油をかけてお召し上がりください！

問合せ 03-3894-6463
限定数量 1日15食限定
価格 200円 🛍

No. 7 おからとズワイガニのポテトクリームスープ

レストラン ア クール ジョア チケ得

都電荒川車庫前から徒歩3分、住宅街にある一軒家のフレンチレストラン。
リーズナブルで本格的な料理が味わえます。
現在昼夜共に予約制です。ご連絡お待ちしてます。
しっとりとして甘さのあるおからをスープと一緒に軽く煮込んであります。
ポテトスープ、ズワイガニとも相性良く作れました。

問合せ 03-3809-0915
価格 660円 🍴

No. 8 OHカリーちゃーはん

南千住串焼き羽根や

南千住生まれ南千住育ち先代より40年継ぎ足しのタレが自慢の串焼き屋です。
羽根やのオリジナルカリーソースで炒めたちゃーはんです。仕上げにフワフワ玉子を乗せてます。
食べる時によく混ぜてお召し上がり下さい。
暑い夏をOHカリーちゃーはんで熱い夏へ!!

問合せ 03-3806-5657
価格 880円 🛍 🍴

作り置き無しですので、出来ましたらご予約お願いします。

No. 9 大豆ミートおからあげ

大倉屋豆腐店 チケ得

原材料と製法にこだわる創業大正三年の老舗豆腐店です。
代替肉の一種で健康的な食材の大豆ミートを鶏肉の代替えとして揚粉におからを混ぜ、当店推奨の菜種油でから揚げにしました。
香ばしいですがしつこくなく、とてもヘルシーな逸品です。

問合せ 03-3801-6958
限定数量 1日5～6食
価格 1パック（200g・6個程度）300円 🛍 🕒

No. 10 Okaraオニオンハンバーグ

Seaonion

南千住にある小さなお店です。日替わりランチと夜はお酒を提供しております。
当店看板メニューのオニオンハンバーグをアレンジしました。玉ねぎをくり抜いておから入りのハンバーグを中に詰めてじっくり煮込みます。ソースは、豆乳ベースのオリジナルソースをかけてお召し上がりください。

問合せ 03-6874-7087
価格 900円（単品価格） 🛍 🕒

ランチ営業のみのテイクアウトで提供となります。
数量限定です。
お電話やDMでのご注文後ご来店ください。

No. 11 おから玉子丼

甲州屋

創業昭和5年　地元に愛され、おかげさまでもうすぐ100年の蕎麦屋です。
出汁が効いた蕎麦つゆに、大倉屋さんのおからを玉子でとじた玉子丼。
ボリューム満点。

問合せ 090-8647-9202
価格 900円 🛍 🍴

No. 12 おからチヂミ

呑処　なか

女将ひとり路地裏で商う居酒屋です。
数種類の日本酒・各種焼酎と日替りの手料理でおもてなし致します。
おからと卵・片栗粉・お水で生地をつくり、たこ・にら・ねぎを具材に韓国風チヂミをエントリーしました。
女将直伝特製タレにつけてお召し上がりください。

問合せ 090-4727-5402
価格 580円 🛍 🍴

No. 13 おから入りうどん【もり・温・カレー、他】

日本そば　美加志屋

街の蕎麦店として70余年。すべて手作りの無添加本格木鉢練り二八蕎麦のお店です。
二八蕎麦の店ですが、おからと相性が良い「おから入りうどん」をエントリー致しました。食べた時にほのかな豆腐の香りが心地良い逸品です。
もり以外でも、温かいうどん・カレー・鍋焼き等、お好みのメニューにも変更できますので、お気軽にお声掛けください。

問合せ 03-3801-6549
価格 650円より 🍴

No. 14 おからとキャラメルのクッキー

焼菓子工房 アトリエ　エヌ チケ得

小さな焼き菓子工房です。素材の味を大切に甘さ控えめで安心して食べられる焼き菓子を探求し続けています。
ザクっと香ばしい食感が楽しい焼き菓子です。
キャラメルの甘さにほんのり広がるほろ苦さがクセになる味わい。くるみのコクと塩気が絶妙なアクセントに。おからと米粉を使い、軽やかに仕上げたヘルシーなのに満足感のある一品です。

問合せ 090-2206-6658
価格 250円 🛍

No. 15 自家製プリンのおかラッテ

交流純喫茶なごり チケ得

昭和レトロなジョイフル三の輪商店街にある店で、落語会や占い、ワークショップ等を開催しています。
おから入りのミルクベースにクラッシュした自家製プリン、アクセントの黒蜜が入った優しい甘さの和風デザートドリンクです。
てっぺんにはホイップクリームに黒蜜を垂らしました！
ホット/アイスもお選びいただけます！

問合せ 070-9090-9545
価格 店内／770円
テイクアウト／600円 🛍 🍴

No. 16 おから白玉

フレンド

南千住で地域に根差すお弁当屋をモットーに、障がいを抱える利用者と毎日手作りで美味しくまた食べたくなるお弁当を目指します。
おから白玉（生おから・白玉粉・上新粉・豆乳使用）みたらし餡掛け、季節の野菜（とうもろこし・人参・アボカドなど）自然の甘みを活かして子どもさんにも安心して提供が出来る商品にしてみました。

問合せ 03-5615-2101
価格 300円（税込み） 🛍 🕒

No. 17 おからの小さな甘食

ティルーム・フェルメール チケ得

こだわり食材を使った手作りランチのアットホームな喫茶店です。店外にはリサイクルショップも併設。地域の情報もたくさん置いて、ご近所の方のなごみ場所を目指しています。
甘食は、明治時代に東京でうまれました。パンでもスポンジケーキでもパンケーキでもビスケットでもない、食べると何故かなつかしくホッとする味に仕上がりました。
おから入りで食物繊維も豊富でシットリしています。

問合せ 03-3809-5256
価格 2個／180円 🛍

No. 18 おからカンパーニュ、おからカンパーニュフロマージュ

小台橋あさがお

小台にある就労継続支援施設です。就労が困難な方へのサポートとともに地域社会の一人として自立できるようサポートしています。
おからを使ったカンパーニュは、モチモチ食感で料理やスープによく合います。カンパーニュフロマージュは中にたっぷりクリームチーズと蜂蜜が入っています。ご購入の際はお問い合わせください。

問合せ 03-5604-9262
価格 おからカンパーニュ／（ハーフ）300円
おからカンパーニュフロマージュ／280円

イベント販売のみでの対応となります。 🕒

No. 19 おからワッフルほうじ茶

Smile Bake

昨年までイベント販売が主だった移動パン屋でしたが、今年、念願の店を開きました。
都電東尾久3丁目からすぐ。
酒粕酵母で作ったもちもちふわふわのパンや季節の焼き菓子を販売しています。
昨年大人気だったおからワッフルにほうじ茶パウダーをいれてみました。少しコクと渋みがましたので、ミルクティーなどによく合います。

問合せ 080-4337-7150
価格 300円 🛍

アイデアがつまったおから商品どれもステキだね！ぜひ来てね♬

No. 20 おからロール

hananabakery

九州産のもち麦粉を使った食パンは、もちふわ食感。他にも、コロネ、あんぱん、メロンパンと町のパン屋のような商品アイテムを揃えております。
「おからロール」はおからパウダーにもち麦粉を加えた、もっちりふんわり、優しい甘さで小さなお子様にも食べやすいロールパンになっております。

問合せ 080-4422-9854
価格 180円 🛍

No. 21 なごりDE落語会

なごりDE落語会
春風亭一左

春風亭一左（交流純喫茶なごり）

荒川区在住で落語協会に所属する郷土愛と落語への情熱を持ち幅広い世代に親しまれる噺家です。
偶数月の第2金曜日にジョイフル三ノ輪の「交流純喫茶なごり」で開催される落語会でおからを題材にしたお噺を一席披露致します。
演目は当日のお楽しみ!!　落語とおからのコラボレーションで荒川の街を盛り上げたいと思います。

日時 10月10日（金）〈開場〉18:30〈開演〉19:00〈終演／懇親会〉20:00～
場所 交流純喫茶なごり
価格 2,000円（ワンオーダー制）
懇親会／1,500円（希望者のみ） 🍴

No. 22 おからの3点くるみ灸

ゆうじろう整骨院 チケ得

美容と健康に特化した整骨院で日常生活を快適におくれるようにサポートしています。
以前好評だった「くるみ灸」が2年の時を経てバージョンアップ。お灸におからを合わせることにより、通常では温める事が難しい部位までしっかり施術。
眼精疲労の改善に期待ができたくるみ灸に加え、第三の眼ともいわれる印堂付近も温める事により、ストレス軽減しリラックス効果も期待できます。〈要予約〉

問合せ 03-6423-0510
価格 800円 🕒

こっちもあるよ！

10月食品ロス削減月間キャンペーン

荒川区清掃リサイクル推進課
【問合せ】03（3802）3111 内線449

…… 抽選で豪華参加特典が当たります！　詳しくは、区ホームページまたは区報をご覧ください ……

Campaign 1 「あら！もったいない！」クイズキャンペーン

● クイズに挑戦して景品を手に入れよう

食品ロスに関するクイズに答えて、
素敵な参加特典を抽選で当てよう！

参加特典 区内共通お買物券　500円（120名）

Campaign 3 Let's go 協力店！

● 「あら、もったいない協力店」にあるアンケートに答えて応募しよう！

区内で食品ロス削減に取り組んでいる「あら！もったいない協力店」のうち、参加店舗を利用し、応募はがき又はLoGoフォームからのアンケートに回答すると、抽選で素敵な参加特典をお送りします！

参加特典 区内共通お買物券 500円（100名）　または　図書カード 1,000円（45名）

Campaign 2 食品ロス「0（ゼロ）」アクション！

● 食品ロスにつながる取り組みを写真で撮って応募しよう

みなさんがご家庭で取り組んだことを教えてください。
多くの取り組みを応募していただいた方は当選確率がアップします！
※取り組みごとに応募してください。

参加特典 カトラリーとフードポット（80名）

Campaign 4 食品ロス削減アンケートin荒川フリーマーケット

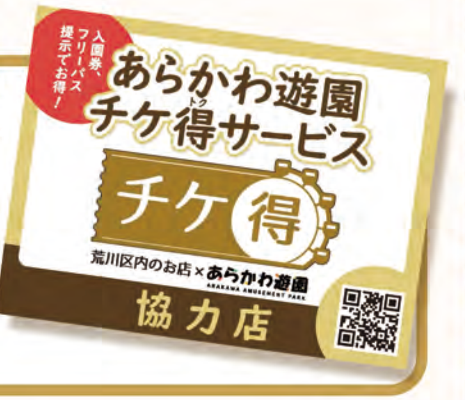
10月19日（日）荒川公園にて開催されるフリーマーケットでアンケートを行います。（雨天順：11月2日（日））
回答していただいた先着200名に景品をお渡しします！
ぜひご参加ください！

期間／令和7年10月1日（水）～10月31日（金）
対象／区内在住・在勤・在学の方
当選発表／参加特典の発送をもって当選発表にかえさせていただきます。

※期間中、何回でも応募できます。
ただし、参加特典の当選は1回限りとなります。
※参加特典は変更になる場合があります。

あらかわ遊園 チケ得サービス

荒川区内の協力店舗であらかわ遊園の「入園券」や「フリーパス」を提示すると、割引や特典サービスなどが受けられるサービスです。スタンプラリーと併用して、お得にお店を回りましょう。
このステッカーが目印です。


入園券、フリーパス提示でお得！
あらかわ遊園 チケ得サービス
チケ得
荒川区内のお店×あらかわ遊園
ARAKAWA AMUSEMENT PARK
協力店