

チュウゴクシンリョウリ カリュウハンテン  
中国四川料理 華龍飯店

系列6店舗を展開する人気中華料理店で、ラーメンからチャーハン、一品料理やセットメニュー、お得なランチメニューまで豊富にそろそろ。どれもリーズナブルな上、ボリューム満点なのがうれしい。特にチャーハンはすごい盛り。本店の上田店は今年20周年を迎える。

**GOOD!** チャーハン(大盛) 858円  
普通サイズでもボリュームたっぷりの「チャーハン」は、大盛コースで小どんぶり5杯以上もある圧巻のボリュームに大変身! ほかにスープが付く。



パラパラ加減も申し分なし  
泣く子も黙る圧巻の盛り!

上田市のコスパ飯

**NICE!** まだある! コスパ飯  
四川ラーメン 693円  
醤油ベースのピリ辛スープ(辛さの調節可)に、こちらもピリ辛に味付けた豚挽き肉と茹でモヤシをトッピング。麺はもちもちとした中太麺を合わせている。

上田市上田原872-7  
☎0268-27-1603 11時~15時、17時~深0時30分(深0時LO) ※金・土曜、祝前日は~深2時30分(深2時LO) 閑なし  
P30台 上信越道上田菅平ICから車で約20分

上田市のお城 AUTUMN DRIVE SPOT

ウエダジョウセキコウエン  
上田城跡公園

戦国時代、勇名を馳せた真田昌幸・幸村親子ゆかりの城。天正11年(1583年)築城で、徳川の大军を二度にわたり退けた。往時を思い起こさせる雄大な「東虎口櫓門」や抜け穴があったという伝説がある「真田井戸」、石垣に用いられている巨石「真田石」など見どころ満載。

上田市二の丸 ☎0268-23-5408(上田市観光課)  
園終日開放 閑なし 無料 P約100台(有料)  
上信越道上田菅平ICから車で約15分



春は桜で華やかに彩られるが、秋はイチョウやモミジ、ケヤキなども色づき、錦に染まる。紅葉の見ごろは10月末~11月中旬頃。しっとりとした雰囲気もまた格別美しい。

高さ12cmもある  
小諸市のコスパ飯  
チョモランマ級バーガー

**GOOD!** ビッグラック 1,300円 (テイクアウト1,330円)  
肉汁あふれるパティを2枚もサンドした、ボリュームバーガー。肉の総重量は圧巻の220g! ポテトとサラダ、ピクルス付き。

ラックブラン  
Lac Blanc

小諸駅前のアメリカンダイニング。看板は、ビーフ100%のパティでつくるボリューム満点のハンバーガーで、地元の新鮮な野菜や手づくりソースが肉の味を引き立てる。パティが2倍になる「ビッグラック」は、まるでステーキを食べているかのような満足感!

**NICE!** まだある! コスパ飯  
キャラメルナッツパンケーキ 750円(テイクアウト不可)  
ふわふわのパンケーキの上に、ホイップクリームとバナナ、バニラアイスをつまみ。甘くてほろ苦いキャラメルソースもたっぷりかかって、幸せ♡

小諸市相生町1-2-2 ユーニックビル2F  
☎0267-31-5573  
週金~日曜: 11時~13時、月~日曜: 17時~22時  
休木曜 閑なし 上信越道小諸ICから車で約7分

小諸市のお城 AUTUMN DRIVE SPOT

コモロジョウシカイコウエン  
小諸城址懐古園

城下町より城郭が低い場所に位置する珍しい「穴城(あなじろ)」で、日本100名城の1つに数えられている。築城は長享元(1487年)と考えられ、その後武田信玄の命で城郭が整備された。安土桃山時代に仙石秀久が城主となった際に、現在の構えとなったとされる。

小諸市丁311 ☎0267-22-0296 9時~17時 閑なし(12~3月は水曜)、年末年始  
散策券(懐古園内散策・動物園 ※資料館入館料は別途): 大人300円、中学生以下100円  
P213台(有料) 上信越道小諸ICから車で約10分



桜の名所として知られるが、秋の紅葉も見事。仙石秀久が小諸を治めた際に天守閣が築かれたが、現存はせず「野面(のづら)積み」の石垣だけが残る。大手門はその当時のもの。

おいしい坊も満腹  
コスパごはん  
秋のお城めぐり

東信エリアは、定食ものも種類も充実している人気中華料理店とアメリカンダイニングをピックアップ!

お腹いっぱい思っ存分食べられるなんて幸せ...!

東信エリア



たっぷりのカレーの下には  
特大サイズのカツが潜伏!

佐久市のコスパ飯

佐久市のお城 AUTUMN DRIVE SPOT

タツオカジョウ ゴリョウカク  
龍岡城 五稜郭

函館五稜郭と並ぶ日本に2つしかない星型の洋式城郭で、正式には「稜堡(りょうぼう)式城郭」と呼ぶ。三河国奥殿に領地を持つ大給(おぎゅう)松平氏が、激動の幕末期に信州に本拠を移そうと、慶応3(1867)年に完成させた。突端部に砲台を設けた近代の要塞。

佐久市田口2975-1 ☎0267-62-3285(佐久市役所観光課)  
9時30分~16時 休火曜 無料 P10台 上信越道佐久ICから車で約30分、中部横断道佐久南ICから車で約20分



明治5(1872)年に城は取り壊しになったが、堀と石垣、建物の一部であるお台所が残された。大手門前の資料館「あいの館」は休憩所としても利用することができる。

**GOOD!** カツカレーライス 1,050円  
ビッグサイズのトンカツの上にたっぷりのカレーがかかった人気メニュー。カレーも野菜たっぷり、肉たっぷり、具だくさんの内容で大満足!

リコウラン  
李紅蘭

地元の食材と本場四川省の山椒をミックスさせ、丁寧に作り上げた料理が評判。気前のいい盛りにも定評があり、種類も定食ものもおなかいっぱい楽しめる。名物は、国産豚でつくる「カツ井」と「カツカレーライス」。器からはみ出るほどのボリュームにびっくり!

**NICE!** まだある! コスパ飯  
カツ井 890円  
井に収まり切らないほど大きなトンカツは上質な国産豚を使っているため肉の味が濃く、脂も甘くて美味。カツもごはんもほぼ2倍になる「1kg超カツ井」は1,500円。

佐久市田口3301-2  
☎0267-82-8686  
11時~14時、17時~20時  
休火曜、最終水曜 P10台  
上信越道佐久ICから車で約20分