

シーズン7							
第1話	埼玉県	上尾市	本町の肩ロースカツ定食	上尾駅	キセキ食堂 上尾店	3.58	https://tabelog.com/saitama/A1104/A110401/11043868/
第2話	東京都	世田谷区	経営の一人バイキング	経堂駅	マッシーナ メッシーナ	3.62	https://tabelog.com/tokyo/A1318/A131813/13059418/
第3話	東京都	港区	南麻布のチヨリソのケソ ファンディードと鶏肉のピビ	広尾駅	サルシータ	3.59	https://tabelog.com/tokyo/A1307/A130703/13045856/
第4話	群馬県	甘楽郡下仁田町	下仁田町のタンメンと豚すき焼き	下仁田駅	一番	3.48	https://tabelog.com/gunma/A1005/A100501/10005946/
第5話	群馬県	甘楽郡下仁田町	下仁田町のタンメンと豚すき焼き	下仁田駅	コロムビア	3.44	https://tabelog.com/gunma/A1005/A100501/10005987/
第6話	東京都	荒川区	荒川区三河島緑と赤の麻婆豆腐	三河島駅	眞実一路	3.54	https://tabelog.com/tokyo/A1324/A132401/13187864/
第7話	千葉県	浦安市	浦安市の真っ黒な銀ダラの煮付定食	浦安駅	雑司	3.51	https://tabelog.com/chiiba/A1202/A120203/12024675/
第8話	東京都	墨田区	東向島の納豆のピザと辛いバスタ	東向島駅	カリカ	3.71	https://tabelog.com/tokyo/A1312/A131203/13040601/
第9話	東京都	中野区	白軒橋丁のチキン南蛮と地鶏モモ串	中野駅	相模	3.43	https://tabelog.com/tokyo/A1319/A131902/13049477/
第10話	韓国	チョンジュ市	チョンジュ市の納豆チゲとセルフピビンバ		동양		
第11話	韓国	ソウル特別市	ソウル特別市の骨付き豚カルビとおかずの群れ		동양호텔빌라		
第12話	千葉県	千葉市	千葉市の特製ニンニクスープと生鮭のバター焼き	西登戸駅	味のレストラン えびすや 幸町店	3.49	https://tabelog.com/chiiba/A1201/A120103/12000797/
第13話	東京都	中央区	八丁堀のニラ玉ライスとエビチリ	宝町駅	中華シブヤ(閉店)	3.54	https://tabelog.com/tokyo/A1302/A130202/13025477/

シーズン8							
第1話	神奈川県	横浜	横浜中華街の中華釜飯と海老雲呑種	元町・中華街駅	南粵美食	3.67	https://tabelog.com/kanagawa/A1401/A140105/14064517/
第2話	東京都	杉並区	高井戸のタンステーキとミートパト	高井戸駅	イト	3.43	https://tabelog.com/tokyo/A1318/A131806/13000722/
第3話	東京都	中央区	銀座のBarのロールケーキ定食	銀座駅	四馬路	3.44	https://tabelog.com/tokyo/A1301/A130101/13170099/
第4話	埼玉県	新座市	新座市の肉汁うどんと西東京市ひばりが丘のカス	保合駅	うごや藤	3.30	https://tabelog.com/saitama/A1103/A110301/111006047/
第5話	埼玉県	新座市	新座市の肉汁うどんと西東京市ひばりが丘のカス	ひばりが丘駅	コマコーヒ	3.42	https://tabelog.com/saitama/A1328/A132801/13191253/
第6話	群馬県	藤岡市	藤岡市の一人ロースター焼き肉	群馬藤岡駅	焼肉宝来軒	3.41	https://tabelog.com/gunma/A1005/A100502/10003191/
第7話	東京都	台東区	浅草のローストホールのサラダとチムチム	浅草駅	タレストラン イサーン	3.37	https://tabelog.com/tokyo/A1311/A131102/13211345/
第8話	神奈川県	鎌倉市	由比ヶ浜のドイツ風サウザンの焼餅とスベアリブ	由比ヶ浜駅	スキヤッスル	3.34	https://tabelog.com/kanagawa/A1404/A140402/14000596/
第9話	鳥取県	鳥取市	鳥取市のオーカクとホルモンそば	鳥取駅	鳥取市役所 食堂	3.20	https://tabelog.com/tottori/A3101/A310101/31002791/
第10話	鳥取県	鳥取市	鳥取市のオーカクとホルモンそば	鳥取駅	まつやホルモン店	3.48	https://tabelog.com/tottori/A3101/A310101/31019333/
第11話	東京都	千代田区	御茶ノ水の南インドのカレー定食とガーリックチーフ	小川町駅	ニッポン	3.60	https://tabelog.com/tokyo/A1310/A131002/13234867/
第12話	東京都	世田谷区	豪徳寺のぶりの照焼き定食とクリームコロッケ	豪徳寺駅	旬魚いしなだ	3.24	https://tabelog.com/tokyo/A1318/A131813/13013832/
第13話	神奈川県	川崎市	武蔵小杉の一人ジンギスカン	武蔵小杉駅	ジンギスカン ビュー	3.44	https://tabelog.com/kanagawa/A1405/A140504/14003439/
第14話	東京都	台東区	三ノ輪のカツ丼と冷し麻婆麺	三ノ輪駅	中華・洋食 やよい	3.53	https://tabelog.com/tokyo/A1311/A131102/13073525/

シーズン9							
第1話	神奈川県	川崎市	宮前平のひれかつ御膳と魚介クリームコロッケ	宮前平駅	とんかつお田	3.57	https://tabelog.com/kanagawa/A1405/A140507/14000033/
第2話	神奈川県	中郡二宮町	中郡二宮の金目鯛の煮付けと五部オリジナルハフ	二宮駅	魚料理 にげん	3.39	https://tabelog.com/kanagawa/A1404/A140408/14013701/
第3話	神奈川県	中郡二宮町	中郡二宮の金目鯛の煮付けと五部オリジナルハフ	二宮駅	山小泉	3.39	https://tabelog.com/kanagawa/A1404/A140408/14010017/
第4話	東京都	港区	東麻布のムサカとドルマデース	麻布十番駅	ギンジャ料理 タベルナリリュウ	3.52	https://tabelog.com/tokyo/A1307/A130702/13093715/
第5話	東京都	府中市	新町の鯉の薄焼きチャーハンとカキと三郎の辛し炒め	しんせいでい	しんせいでい	3.47	https://tabelog.com/tokyo/A1319/A131902/13025878/
第6話	静岡県	伊東市	宇佐美の牛焼きしゃぶと豚焼きしゃぶ	宇佐美駅	焼肉ふじ	3.36	https://tabelog.com/shizuoka/A2205/A220503/22015662/
第7話	東京都	豊島区	東長崎の肉とナスの醤油炒め定食と鳥唐揚げ	東長崎駅	割烹・定食 さがら	3.38	https://tabelog.com/tokyo/A1321/A132101/13024072/
第8話	東京都	葛飾区	新小岩の貴州家庭式回鍋肉と納豆火鍋	新小岩駅	貴州火鍋	3.36	https://tabelog.com/tokyo/A1312/A131204/13232027/
第9話	群馬県	高崎市	高崎市のおむすびと鮎の塩焼き	高崎駅	オチノ焼まんじゅう店	3.47	https://tabelog.com/gunma/A1001/A100102/10006729/
第10話	群馬県	高崎市	高崎市のおむすびと鮎の塩焼き	北高崎駅	えんむすび	3.31	https://tabelog.com/gunma/A1001/A100102/10005592/
第11話	福島県	郡山市	郡山市舞木町ドライブインの焼肉定食	舞木駅	舞木ドライブイン	3.42	https://tabelog.com/fukushima/A0702/A070201/7006634/
第12話	栃木県	宇都宮市	宇都宮市のもつ煮込みとハムカツ	東武宇都宮駅	庄助	3.54	https://tabelog.com/tochigi/A0901/A090101/9002856/
第13話	東京都	豊島区	巣鴨のチャンサンマハと羊肉ジャーザー	巣鴨駅	シリンゴ	3.59	https://tabelog.com/tokyo/A1323/A132301/13005632/
第14話	神奈川県	伊勢佐木長者町	伊勢佐木長者町のチーズハンバーグと牛ヒレの生	伊勢佐木長者町	レストラン ルーヴィル	3.47	https://tabelog.com/kanagawa/A1401/A140306/14028400/

スペシャル								
第1話	真冬の北海道・旭川	北海道	旭川市	真冬の北海道・旭川出張編(2016年1月1日)	旭川駅	独酌 三四郎	3.74	https://tabelog.com/hokkaido/A0104/A010401/1014057/
第2話	真冬の北海道・旭川	北海道	旭川市	真冬の北海道・旭川出張編(2016年1月1日)	旭川駅	自由軒	3.54	https://tabelog.com/hokkaido/A0104/A010401/1009869/
第3話	真夏の東北・宮城出張	宮城県	仙台市	真夏の東北・宮城出張編(2016年8月3日放送)	宮城野原	萃菜	3.60	https://tabelog.com/miyagi/A0401/A040102/4003262/
第4話	真夏の東北・宮城出張	宮城県	牡鹿郡女川町	真夏の東北・宮城出張編(2016年8月3日放送)	女川駅	女川海の膳 ニューこのり	3.51	https://tabelog.com/miyagi/A0404/A040403/4003356/
第5話	井之頭五郎の長い一	東京都	中野区	井之頭五郎の長い一(2017年1月2日放送)	中野駅	蔡葉食堂	3.68	https://tabelog.com/tokyo/A1319/A131902/13025878/
第6話	井之頭五郎の長い一	千葉県	習志野市	井之頭五郎の長い一(2017年1月2日放送)	津田沼駅	テキサス津田沼	3.41	https://tabelog.com/chiiba/A1202/A120204/12001065/
第7話	食べ納め！瀬戸内出	香川県	高松市	食べ納め！瀬戸内出張編(2017年12月31日放送)	栗林公園北口駅	松下製菓所	3.78	https://tabelog.com/kagawa/A3701/A370101/37000033/
第8話	食べ納め！瀬戸内出	愛媛県	松山市	食べ納め！瀬戸内出張編(2017年12月31日放送)	いよ立花駅	さかな工房 丸万	3.70	https://tabelog.com/ehime/A3801/A380101/38005974/
第9話	食べ納め！瀬戸内出	広島県	広島市	食べ納め！瀬戸内出張編(2017年12月31日放送)	白島駅	みっちゃん	3.28	https://tabelog.com/hiroshima/A3401/A340101/34007929/
第10話	食べ納め！瀬戸内出	千葉県	成田市	食べ納め！瀬戸内出張編(2017年12月31日放送)	成田駅	多津美	3.13	https://tabelog.com/chiiba/A1204/A120401/12016342/
第11話	京都・名古屋出張編	京都府	京都市	京都・名古屋出張編 半放送でいただきます！(20元)元町中駅	梨門部	梨門部	3.54	https://tabelog.com/kyoto/A2601/A260102/26002645/
第12話	京都・名古屋出張編	愛知県	名古屋	京都・名古屋出張編 半放送でいただきます！(20元)伏見駅	喫茶カラス	喫茶カラス	3.44	https://tabelog.com/aichi/A2301/A230102/23006935/
第13話	京都・名古屋出張編	愛知県	名古屋	京都・名古屋出張編 半放送でいただきます！(20元)比良駅	台湾ラーメン光陽	台湾ラーメン光陽	3.53	https://tabelog.com/aichi/A2301/A230113/23011919/
第14話	緊急指令！成田～福	千葉県	成田市	緊急指令！成田～福山 弾丸出張編！(20)成田空港駅	東原軒	東原軒	3.26	https://tabelog.com/chiiba/A1204/A120403/12008244/
第15話	緊急指令！成田～福	福岡県	福岡市	緊急指令！成田～福山 弾丸出張編！(20)薬院大通駅	活海酒	活海酒	3.30	https://tabelog.com/fukuoka/A4001/A400104/40003961/
第16話	緊急指令！成田～福	韓国	釜山市	緊急指令！成田～福岡～釜山 弾丸出張編！(20)	オリュットナッチポックム(오륙도 낙지볶음)			
第17話	緊急指令！成田～福	福岡県	福岡市	緊急指令！成田～福岡～釜山 弾丸出張編！(20)	釜谷純ちゃん	釜谷純ちゃん	3.08	https://tabelog.com/fukuoka/A4001/A400106/40039152/
第18話	緊急指令！成田～福	福岡県	福岡市	緊急指令！成田～福岡～釜山 弾丸出張編！(20)	皿倉駅	皿倉駅	3.06	https://tabelog.com/kyoto/A2609/A260902/26028008/
第19話	激走！絶景絶品・年忘れ	京都府	舞鶴市	激走！絶景絶品・年忘れロードムービー(2021年11)	西舞鶴駅	道の駅舞鶴港とれとれセンター 魚たつ	3.34	https://tabelog.com/kyoto/A2609/A260902/26028008/
第20話	激走！絶景絶品・年忘れ	兵庫県	丹波篠山市	激走！絶景絶品・年忘れロードムービー(2021年11)	丹波篠山口駅	丹波篠山 猪料理専門店 奥泉	3.65	https://tabelog.com/hyogo/A2807/A280702/28030886/
第21話	激走！絶景絶品・年忘れ	三重県	松阪市	激走！絶景絶品・年忘れロードムービー(2021年11)	松阪駅	新島食堂	3.65	https://tabelog.com/mie/A2401/A240102/24001314/
第22話	激走！絶景絶品・年忘れ	三重県	伊勢市	激走！絶景絶品・年忘れロードムービー(2021年11)	宇治山田駅	ちとせ	3.57	https://tabelog.com/mie/A2403/A240301/24001056/
第23話	激走！絶景絶品・年忘れ	静岡県	浜松市	激走！絶景絶品・年忘れロードムービー(2021年11)	守屋山田駅	總の名店割烹 松の家	3.47	https://tabelog.com/shizuoka/A2202/A220201/220202638/
第24話	激走！絶景絶品・年忘れ	静岡県	富士宮市	激走！絶景絶品・年忘れロードムービー(2021年12月31日放送)		いも工房 かくだに	3.27	https://tabelog.com/shizuoka/A2204/A220401/22022895/
第25話	激走！絶景絶品・年忘れ	東京都	豊田	激走！絶景絶品・年忘れロードムービー(2021年11)	本所吾妻橋駅	下総屋	3.40	https://tabelog.com/tokyo/A1312/A131203/13158708/