Вариант 1

В отдельной библиотеке классов написать статический класс StringExtension – расширение класса string.

class StringExtension  
bool IsPhoneNumber() – с помощью регулярных выражений проверьте, соответствует ли строка паттерну «+\* (\*\*\*) \*\*\*-\*\*-\*\*», где все нецифровые значения являются опциональными

int CountPhoneNumbers() – считает количество телефонных номеров в данной строке

В основной программе считать из файла входные данные построчно в список, далее проверить есть ли в каждой строке телефонные номера и если есть – вывести их количество

Пример входных данных (input.txt в директории с исполняемым файлом):  
+7(000)000-00-00  
ааа  
Пример выходных данных (консоль):  
+7(000)000-00-00 contains phone numbers  
amount of phone numbers = 1  
aaa doesn’t contain phone numbers