今月のおすすめメニュー

肉づくしメニュー

旨みあふれる仙台牛入りハンバーグには濃厚ブラウンソースを合わせ、ジューシーな鶏竜田には香ばしい甘辛だれを絡めた、肉好きにはたまらない豪華ダブルメイン！チャーシュー入り野菜ナムルや、白菜漬けの青じそサラダでさっぱり箸休めしつつ、食後は黒蜜きなこの和ロールケーキで大満足。この日のお昼は肉づくしのご馳走をぜひご堪能ください♪









和の旨みを楽しむ、食べ応えあるごちそう仕立て。



濃厚なコクが奥深い、豊かな欧風の味わい。



ご飯
大盛り
無料

日替わり デラックス弁当
600円（税込）
日替わりのおかず5品



日替わり ヘルシー弁当
500円（税込）
日替わりのおかず5品

・すべてのお弁当に卵焼き、お漬物がつきます。
・**会議等のお弁当、オードブルも承ります。**内容、価格などお気軽にご相談ください。
※仕入れの都合により、５営業日前までのご注文をお願いします。
※衛生面には注意していますが、配達後は涼しい所に置き、**当日 14:00 までにお召し上がりください。**
※お弁当容器は電子レンジに対応しています。

電子レンジで温めますと、よりおいしく召し上がれます。

※唐揚げ弁当、東京ブラックカレーの詳細は別紙をご参照ください。

MACHINO_OBENTO.OFFICE

ご注文は
こちらから

1個から無料配達

オフィス、施設、お店などへ
お届けします。

中 長
〒 511-0947　三重県桑名市大字大仲新田 29-1

FAX **0594-76-9922**　【お届け日前日まで】

TEL **0594-82-5022**　【当日 9:00 まで】

店舗ホームページ：https://nakachou.co.jp/

※締切時間前後はお電話が大変混み合いますので、前日またはなるべくお早めの時間までにご注文をお願いいたします。
注意 ご好評により、締切時間前に完売する事もございます。予めご了承ください。

LINE
https://gluseller.com/lp/nakacyo
スマホでご注文できます

店舗番号 034

管理栄養士が考えた

日替わり弁当 Obento

安心・安全・ヘルシー。
お店で手作りのお弁当をお届けします。







2026
11

1個から無料配達

Premium
5日

今月のプレミアムメニュー　ごちそう洋食メニュー

洋食のごちそうをぎゅっと詰め込んだ、大満足のメニューをご用意しました。メインは、サクッと揚げた海老フライに濃厚なタルタルソースを添えて。サブメインは、合鴨と野菜をデミグラスソースで煮込み、コク深い味わいに。副菜は、バジル風味のマッシュポテトと、枝豆とコーンのクリーミーサラダ。デザートは、アーモンド香るしっとりバナナケーキです。

※写真はイメージです

11月

日替わりメニュー



日替わり デラックス弁当



日替わり ヘルシー弁当

十二穀ご飯
使用

Premium　季節にちなんだプレミアムなメニュー。デザート付きです。

★ Special　魅力的なおかずを盛り込んだスペシャルメニューです。

今月のフェア　毎月、テーマに沿ったフェアを開催！特別なメニューに出会えるかも。

※記載されているカロリー、栄養成分の値は弁当一個分ですが、あくまでも目安です。栄養素の摂取量を保証するものではありません。
※写真はイメージです。
※当店のお弁当はアレルギーに対し特別な配慮はしておりません。ご了承ください。
※仕入れの状況により、予告なく内容を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。

カメラマークは写真で紹介しているメニューです。

月	火	水	木	金	土	日
						1 店休日
2  鶏肉となすの塩レモンバター炒め ほっこり里芋コロッケ 新鮮野菜と豆腐のちぎり揚げ わかめのサクサク醤油炒め マカロニサラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 467kcal 11g 22.7g 58g 2.2g デラックス 656kcal 15g 35g 75.6g 2.8g	3 店休日	4  黒トリュフ香る唐揚げ お楽しみの1品 高野豆腐と花麩の煮物 ツナとうまい菜のもろみ炒め ポテトサラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 512kcal 14.4g 22.9g 64.1g 1.7g デラックス 762kcal 20.8g 37.8g 87.6g 2.2g	5 Premium ごちそう洋食メニュー  海老フライ タルタルソース 合鴨とごろっと野菜のデミシチュー バジルマッシュポテト 枝豆とコーンのクリーミーサラダ アーモンド香るしっとりバナナケーキ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 496kcal 12.3g 19.5g 68.9g 1.5g デラックス 681kcal 17.1g 28.1g 90.5g 2g	6  照焼きチキン さんまの梅大葉フライ 大豆のアンチョビ炒め 竹の子とピーマンのきんぴら 店主おすすめの1品 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 465kcal 16.8g 16.8g 64g 1.6g デラックス 644kcal 25.4g 23.6g 85.9g 2.2g	7 店休日	8 店休日
9  粗挽き肉ハンバーグ オムカレー風ソース 牛肉と春雨の焼肉だれ炒め ちくわの磯辺揚げ 里芋入り卵の花 鮭とキャベツのオニオンサラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 446kcal 13.2g 13.3g 65.1g 1.9g デラックス 623kcal 19.6g 20g 88.4g 2.7g	10 今月のフェア 和食フェア  大判揚げ鶏 おろし煮 さわらの竜田揚げ 蒲焼き風甘辛ごまダレ ソーセージとピーマンのバター醤油炒め 大根の土佐煮 白菜漬けのポン酢サラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 417kcal 14.3g 18.3g 59.7g 1.9g デラックス 618kcal 22.8g 31.1g 82.7g 2.5g	11  豚唐揚げと根菜の黒酢あん 長崎県諫早産キャベツのメンチカツ 銚子名物カレーボール・コンソメ煮 おまかせの副菜 ポテトサラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 446kcal 10.2g 18.2g 62.7g 1.8g デラックス 605kcal 12.6g 27g 81.3g 2.1g	12  豚肉と玉子の旨塩炒め 牛肉と十勝産男爵いものコロッケ 旨みあふれる肉焼売 ひじき煮 花野菜の麦味噌サラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 436kcal 12.4g 15.7g 64g 2g デラックス 642kcal 17.6g 26.2g 87.5g 2.6g	13 ★ Special  中津からあげの名店「もり山」監修唐揚げ 鱈(たら)の麻婆あん きのこの黒胡麻炒め かぼちゃとさつま芋の甘辛マッシュ こんにゃくと水菜の高菜明太サラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 470kcal 14.7g 18.7g 63.2g 1.7g デラックス 712kcal 23.8g 32.8g 83.1g 2.4g	14 店休日	15 店休日
16  サクッととり天 赤しそタルタル ビーフ入りハンバーグ 照焼ソース きんぴられんこん 厚揚げの柚子胡椒煮 キャベツとオクラの塩だれサラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 393kcal 15.2g 14.9g 61.3g 1.8g デラックス 577kcal 24.6g 26g 83.6g 2.5g	17  豚カツ(ヒレ) 鶏竜田と根菜のスタミナ炒め 花がんもの煮物 きゅうりの生姜昆布和え マカロニサラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 477kcal 13.9g 18.2g 66.1g 2.1g デラックス 710kcal 21.1g 28.9g 93.6g 2.8g	18  チキンステーキ 濃厚味噌クリーム お楽しみの揚げ物 ミートボールトマト煮込み 切干大根煮 豆もやしと水菜の中華サラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 451kcal 15.4g 15.8g 63.4g 1.9g デラックス 663kcal 22.7g 26.2g 85.8g 2.6g	19 今月のフェア 欧風フェア  ビーフ入りメンチカツ トマトチーズソース ハッシュドポーク あさりとフジッリのボンゴレ仕立て インゲンと枝豆のハニーマスタード和え 紅芯大根と彩り野菜のマリネ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 435kcal 11.8g 16.9g 60.9g 1.5g デラックス 659kcal 17.8g 29g 84.3g 2.2g	20  海老カツ チリソース たっぷりひき肉となすのバジルナッツ炒め タコ入り海鮮チヂミ しらすと青菜の甘辛生姜ソテー さつま芋のオニオンサラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 499kcal 11.6g 20.5g 70.3g 1.7g デラックス 734kcal 17.1g 33.9g 94.2g 2.3g	21 店休日	22 店休日
23 店休日	24  黒毛和牛入りメンチカツ 豚肉と彩り野菜のうま塩春雨 ひとくちカニ玉・和風だし おまかせの副菜 ポテトサラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 498kcal 13g 22.7g 65.5g 1.9g デラックス 742kcal 18.6g 36.4g 91g 2.6g	25 ★ Special  オマール海老のビスク風クリームコロッケ 合鴨のスパイシーカレー煮込み 出汁入りたこ焼き 小松菜の白和え わかめときゅうりの柚子胡椒サラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 455kcal 10.3g 17.2g 66.1g 1.9g デラックス 693kcal 14.6g 29.4g 93.9g 2.7g	26 中華  甘辛豚の青椒肉絲(チンジャオロースー) パリパリ春巻き 鶏さつま揚げ チリマヨネーズ カニカマ入り切干大根のピリ辛炒め 店主おすすめの1品 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 502kcal 12.2g 24.2g 69.2g 2.3g デラックス 755kcal 16.3g 40.9g 98.6g 3.2g	27 Premium 肉づくしメニュー  仙台牛入りハンバーグ 絶品ブラウンソース サクッと鶏竜田 甘辛焼き鳥だれ チャーシュー入り野菜ナムル 白菜漬けとこんにゃくの青じそサラダ 沖縄県産黒蜜ときなこの和ロールケーキ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 430kcal 14.8g 15.9g 62.3g 2g デラックス 758kcal 23.5g 27.1g 86.5g 3.1g	28 店休日	29 店休日
30  宮崎郷土料理チキン南蛮 タルタル添え 厚揚げ麻婆豆腐 たこと紅生姜の揚げ天 ひじき煮 キャベツとコーンの梅サラダ エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 食塩相当量 ヘルシー 467kcal 13.8g 18.4g 63.7g 2g デラックス 695kcal 20.1g 31.1g 86.4g 2.6g						