



**盛岡市 本町通** **大陸飯店**  
●たいりくほんてん

この町で55年。医大の胃袋を支えた伝説の町中華  
中華は気合いだ!ガッツリ!パワーの男飯

料理、店舗、空気感…そのすべてが昭和の町中華。長年岩手医大の御用達としても親しまれ、中でも目玉焼きが添えられる「中華ランチ(7種)」が大人気。体力勝負の医大生&職員のためにパワーのある料理を」ということで誕生。当初はランチ限定だったが、あまりの人気にランドメニューに。美味しさ凝縮、こちらも大人気の自家製餃子は冷凍にて全国発送OK。

[TEL]019-623-5943  
[住]盛岡市本町通1-17-33  
[営]11:00~20:00  
[休]木曜  
[駐]有  
昼は会社員、夜、休日は家族連れも

**おすすめメニュー**

炒飯	600円
肉炒めランチ	800円
鶏のからあげランチ	1,000円
らーめん	550円
餃子(6個)※発送用は7個入り	380円

「レバみそからしランチ800円(ご飯・スープ付)」。ガッツリ濃い目の甘辛ダレはご飯にピッタリ!「餃子380円」、「海老炒飯800円」も人気

**盛岡市 中央通** **食処 好 HaO**  
●はお



お洒落な雰囲気店内にカウンター8席のみ 外観はスタイリッシュで上質なデザイン

シン町中華のたずまいが、盛岡の夜を彩る  
ただよう香りに、ふらりと立ち寄りたくなる

2022年4月、映画館通りにオープン。夜6時から翌朝の3時まで営業するスタイルは、時間を気にしないで飲食が楽しめると評判だ。メニューは中華の一品料理とごはんものを主軸にしているが、なんと!食べたい料理のリクエストも可能とのこと。食材さえあればシェフが作ってくれる。本格的中華に和のテイストを入れて食べやすくしているのも特徴。テイクアウトにも対応しており、こちらも人気。

[TEL]019-656-8881  
[住]盛岡市中央通1-11-21 マルビル1F-102  
[営]18:00~深3:00  
[休]不定  
[駐]ナン

**おすすめメニュー**

天津飯	1,000円
炒飯	900円
油淋鶏	1,000円
青椒肉絲	1,100円
エビチリ	1,200円

豆板醤、ラー油で辛さを出して、山椒の風味を効かせた「麻婆豆腐1,000円」は、しつこくない美味しさ。実は隠し味にカツオと昆布の出汁が使われているそう

**盛岡市 菜園** **城華**  
●じょうか

家族や仲間の会食に、一人ランチでも訪ねたい  
本格的中国料理がリーズナブルに楽しめる



前菜、点心、主菜、飯物、麺類、デザート…メニューも多彩。自家製豆腐で作る「麻婆豆腐」も看板料理のひとつ



それぞれのテーブル間を広めにとった店内 盛岡城跡公園近くの同店。無料Wi-Fi完備

広東料理をベースとした本格的中国料理が、リーズナブルな予算で楽しめる評判の人気店。盛岡市内のホテルの料理長として腕を振ってきたシェフならではのキャリアと、愛情あふれるメニューの「週替わりの定食1,000円」がオススメ。より本格的にという際には、旬ならではの味を堪能できる夜限定「季節のおすすめコース料理4,000円～」を。SNSも充実。最新メニュー、店舗情報はまずはこちらから。

[TEL]019-658-8960  
[住]盛岡市菜園1-4-1  
[営]11:30~14:00  
17:00~20:30(最終入店20:00)  
[休]水曜、祝日、土曜の昼、日曜の夜  
[駐]ナン

**おすすめメニュー**

昼限定/週替わり定食	1,000円
昼限定/ルーロー飯	800円
夜・日曜昼/麻婆豆腐	1,100円(辛口)1,150円
テイクアウト/鶏排(ジューパイ)	550円

(要予約・詳細はインスタに掲載)



**盛岡市 菜園** **哈爾濱食堂**  
●はるびんしょくどう

こだわりの麺を使い、大衆に愛される味を  
実現したデバ地下の食堂を訪ねてみよう



一度食べたら忘れられない味わいの「醤油チャーシューメン800円」が人気。麺、具、スープのひとつひとつにこだわりを持って作られていることがうかがえる



入りやすいカウンター席のみの店内 土産用の「冷凍一口餃子1,200円」も要チェック

2023年3月にメニューをリニューアルをした同店。盛岡を拠点に麺の製造及び全国販売を手掛ける「中野製麺」唯一の直営店だ。おすすめは「醤油チャーシューメン」。大ぶりで肉厚の自家製チャーシューと細ちぢれ麺が相性抜群で、デバ地下の客層を考へてスープはあっさりとして上げている。味玉や辛ネギ(各150円)をトッピングするとまた格別。自慢の麺を生かしたメニューは子どもから大人まで幅広い世代に好評。通し営業なのも嬉しい。

[TEL] 019-651-1111  
[住]盛岡市菜園1-10-1  
バルクアベニューカワトク B1  
[営]10:00~19:00(18:20L)  
[休]カワトクに準ずる  
[駐]近隣有料駐車場を利用

**おすすめメニュー**

醤油ラーメン	650円
煮干し中華そば	700円
塩ラーメン	750円
坦々麺	800円
お持ち帰り焼き餃子(10個入)	850円

