

平成28年4月後半メニュー

4月18日(月)～4月30日(土)

◎当日のご注文は、AM10:00までお願いします。 ※茨城県産米を使用しております。
 ◎日祭日は、ポット(お湯)のお届けはできません。 ※おかずのみの注文は、料金同額になります。
 ◎日祭日は、週替わりメニューは、お休みしております。 ※仕入都合上、内容が変更になる場合がございます。

☆週替わりメニュー☆

	4/18(月) ～4/23(土)	4/25(月) ～4/30(土)
463円 (税込500円) ライス付	アメリカの南部の郷土料理 NEW ケイジャンチキン ピリ辛味で食欲増進!	分厚いとんかつがボリューム満点 厚切りロースとんかつ
丼463円 (税込500円) 大盛+50円	豪華海老天3本のせ 天丼 お得な海老天ダブルは800円	みんなが大好き! ほっとする味 親子丼
魚463円 (税込500円) ライス付	卵とマヨでふんわり焼き上げた サワラのけんちん焼	西京味噌が決め手 銀鮭の西京焼
冷し麺463円 (税込500円) ふりかけおにぎり付 +70円	ピリ辛台湾ミンチが決め手 冷やし台湾まぜそば 人気の汁無しラーメン	都内で流行のとり天ぶら3枚付 NEW とり天ぶらそば とり天ぶら増し増し+250円
数量限定 メニュー 売り切れ御免 大盛+50円	600円 丼といえば カツ丼	600円 とろとろ卵が美味しい オムライス

※数量限定メニューは土曜日がお休みとなります。

★今月のオススメメニュー★

500円



4/18～4/23

ケイジャンチキン

アメリカ南部のルイジアナの郷土料理
香ばしく焼いた鶏肉にスパイスが効いたピリ辛味がたまらない!

600円



4/25～4/28

オムライス

とろとろ卵とチキンライスがとっても
美味しいオムライス!
特製デミグラスソースとの相性も
抜群です!!

お得なサイドメニュー新発売!

●からあげポテトセット

350円税込



からあげ5個入り

たとえば...

からあげポテト
+おにぎり
=450円
からあげポテト
+400円日替わり
=750円

日替わりサラダ
+カレーライス
=800円
お好きなセットで
ご注文ください。

●日替わりサラダ

300円税込



おまかせ彩りサラダ
ノンオイルドレッシング付
(和風、中華、焙煎胡麻など)

新メニュー



お弁当の万年屋

TEL 029-267-5104

FAX 029-267-5916

Facebookやtwitter、instagramで最新情報
や本日の日替わりメニューなどお得な情報
を更新中!!

お弁当の万年屋 で検索

各種駅弁
 ・三浜たこめし 880円税込
 ・ダイダラボウのはまぐりめし 880円税込
 ・印籠弁当 1080円税込
 各種おにぎり(梅・シャケ・コブ・明太マヨ)各100円税込

魚・肉限定メニュー

毎週水曜日(肉メニュー魚メニューが隔週)

○肉メニュー(4月20日(水))



「チキン南蛮グリル」
たっぷりネギと彩り野菜のせ
アボカドサラダ付

税込750円

★魚メニュー(4月27日(水))

※魚メニューは、天候等により不漁の場合、お休みすることがあります



「銀鮭の筒切りステーキ
マスタードソース」
税込700円

万年屋特製カレー

週替わりカレーメニュー

特別価格500円税込

牛すじ煮込みカレー

(4月18日(月)～23日(土))

3時間煮込んだ牛すじが柔らかくて絶品!

ポークカレーイカリングフライのせ

(4月25日(月)～4月30日(土))

ポークカレーにイカリングを乗せたお得なカレー!

ライス大盛+ 50円
ルー大盛 +100円

カレーにトッピング

手作りロースとんかつ
1枚+150円
ダブル2枚+300円



皇室御献上の浜宮城県東松島市矢本アイザワ水産の 焼海苔 & ななかいの里コシヒカリを使ったにっぽんの り弁好評販売中!



にっぽんのり弁
税込540円



日本のお米
ななかいの里コシヒカリ使用
日の丸弁当
税込540円

のり弁におかずをプラス
 ・白身フライのせ 650円税込
 ・イカフライのせ 650円税込
 ・からあげのせ 650円税込

日	曜日	日替り463円(税込500円)	パワーアップ弁当! プラス100円	日替り371円 (税込400円)	プラス50円で おかず2品サービス!
18	月	週明けスタミナメニュー 万年屋オリジナル中華からあげ&八宝菜	チャーシュー & つくね	鶏肉と白菜の コチュジャン炒め	つくね&煮物
19	火	ご飯にのせたら幸せメニュー とろとろ卵のカツ煮弁当	鴨スモーク&シューマイ	ミートコロッケ	シューマイ&煮物
20	水	タケノコの食感がたまらないチンジャオロース & 甘辛ダレがご飯にあうサバ味噌煮	ローストポーク&からあげ	白身フライ	からあげ&煮物
21	木	イタリアンメニューでbuono! チキンソテー & チーズソースを入れた二層メンチ	エビフライ&肉団子	豚肉ともやしの ピリ辛炒め	肉団子&煮物
22	金	旬の食材アスパラと鶏肉の炒め物 & 栄養価の高いプリの照焼	エビチリ&揚げ餃子	豚肉とごぼうの 煮物	揚げ餃子&煮物
23	土	ふりかけごはんとおかずがいっぱい	シェフにおまかせ	ふりかけごはん とおかずがいっぱい	シェフにおまかせ
25	月	バランスよく仕上げた五目野菜炒め & 白身魚の南蛮揚げ	海老マヨ&オムレツ	鶏肉といんげんの 味噌炒め	オムレツ&煮物
26	火	大人気メニュー ヒレカツ弁当ボリューム満点	チーズ&ロールキャベツ	かに玉	ロールキャベツ&煮物
27	水	みんな大好きハンバーグ & カニクリームコロッケ	ローストビーフ&ウインナー	サワラの生姜焼	ウインナー&煮物
28	木	疲れた体にはコレ! タウリン豊富なしじみごはんの日 豚キャベツ炒め&チキンカツ 白ごはんご希望のお客様はお知らせください。	ホタテスパイス焼 & 春巻	イカフライ	春巻&煮物
30	土	シェフにおまかせメニュー	シェフにおまかせ	シェフにおまかせ	シェフにおまかせ

エ:エネルギー た:タンパク質 塩:塩分

日	曜日	ヘルシーメニュー463円(税込500円)	栄養価	一ロメモ
18	月	【ジュシー厚揚げでボリューム満点、お腹満腹】 厚揚げのネギ味噌炒め/シーフード入り海藻サラダ/小松菜の辛し和え/切干大根の炒め 煮/さつま芋のハチミツ煮/デザート	エ:272 た:11.5 塩:2.4	厚揚げには同量の木綿豆腐に比べると、カルシウムは約2倍、鉄分は3倍、タンパク質はなんと5倍もあるのです。
19	火	【春の甘味が出たキャベツで人気の完成された生姜焼き】 豚肉と春キャベツの生姜焼き/油揚げのネギ焼き/大根ととろろ昆布の漬物/マカロニサラダ/野菜の甘酢和え/果物	エ:450 た:22.2 塩:2.0	キャベツに豊富なビタミンKは血液凝固作用があり、出血した傷口を防ぐ他、骨粗鬆症の予防効果も期待できます。
20	水	【しみ込むうまさがお飯との相性抜群です】 筑前煮/かに風味ニラ玉/ピーマンと海老の和え物/コーンとほうれん草のミニグラタン/もやしとゆかりの和え物/蒟蒻の酢味噌和え	エ:374 た:22.9 塩:3.9	蒟蒻に含まれている、グルコマンナンは、お腹の中に入ると、膨張し、満腹感が生まれ、食べ過ぎ防止に繋がります。
21	木	【人気の豚キム炒めは食べた人の食欲をおおるうまさ!】 野菜と豚肉のキムチ炒め/竹の子の土佐煮/ポテトサラダ/がんも煮/漬物/白玉ぜんざい	エ:379 た:19.4 塩:3.4	キムチには大腸の中で健康に良い働きをするバクテリアである、プロバイオティクスが含まれています。
22	金	【バランスよく配合した味噌で鮭の美味さがUP】 鮭のチャンチャン焼き/しゅうまい/いんげんの胡麻和え/イカと蓮根のバジル炒め/蓮根の梅サラダ/焼きりんご	エ:388 た:30.3 塩:3.7	梅に含まれるクエン酸やりんご酸などの有機酸には疲労回復効果があります。
25	月	【火加減・絡めたタレが絶妙なバランスで食が進みます】 回鍋肉/ナポリタン/蓮根の甘酢和え/わかめときゅうりのナムル/アスパラじゃが芋のチーズ焼き/わらび餅・黒蜜がけ	エ:399 た:16.9 塩:2.3	アスパラ含有のルチンは穂先部分のフラボノイド色素の一種で血管を丈夫にし、高血圧や動脈硬化の予防に効果あり。
26	火	【ジュシーに仕上げたスパイシーな味が魅力です】 タンダーチキン/ひじき五目煮/ほうれん草ときのこのお浸し/ふきの青煮/大根と桜えびのサラダ/デザート	エ:255 た:17.2 塩:3.7	鶏肉はお肉なのでタンパク質は多く含まれますが、牛や豚のお肉に比べ脂肪の量が少なく、分離しやすい利点があります。
27	水	【じっくり焼き上げた白身魚にさっぱりソースが決め手】 白身魚のグリル焼き・和風玉ねぎソース/菜の花のお浸しわさび風味/スパゲティツナサラダ/さやエンドウの胡麻和え/果物	エ:261 た:19.7 塩:3.2	ひじきにはカルシウムが豊富で牛乳の約12倍! 約半分が食物繊維でありごぼうの約7倍! 鉄分たっぷりですレバーの約6倍!!
28	木	【うまさ格別、午後の仕事に体力温存して下さい】 焼肉/もやしと三つ葉のお浸し/南瓜サラダ/うぐいし豆/あさりと糸こんにゃくの炒め煮/漬物	エ:410 た:19.9 塩:3.1	玉葱には消化液を促進、新陳代謝を盛んにする働きや血をサラサラにし、これにより高血圧や糖尿病などに効果があります。

【ヘルシーメニュー料金】

463円
(税込500円)

(白ごはん普通盛り)
(十穀米半ライス)

白ごはん半ライス 201kcal
白ごはん普通盛り 403kcal
白ごはん大盛り 554kcal +50円

十穀米半ライス 204kcal
十穀米普通盛り 408kcal + 50円
十穀米大盛り 561kcal +100円