

平成29年3月後半メニュー

3月21日(火)～4月2日(日)

◎当日のご注文は、AM10:00までをお願いします。
 ※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。
 ◎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。



お弁当の万年屋
 TEL 029-267-5104
 FAX 029-267-5916

☆週替わりメニュー☆

	3/21～3/25	3/27～4/1
463円 (税込500円) ライス付	名古屋のソウルフード 名古屋名物 味噌カツ	550円 手作り NEW ミックスフライ チーズハムカツ& チキンカツ&エビフライ
弁463円 (税込500円) 大盛+50円	豪華海老天3本のせ 天井 海老天ダブル6本800円	ピリ辛ナムルが決め手の本格ビビンバ丼 ビビンバ丼 温玉付き
魚463円 (税込500円) ライス付	和食の定番サバ味噌煮！ご飯がススム！ サバの味噌煮	さっぱり甘酢あんが美味しい！ さわらの竜田揚げ 甘酢あんかけ
鍋メニュー 556円 (税込600円) ライス付	600円 じっくり煮込んだ牛すじが絶品！ 牛すじチゲクッパ	600円 鍋と言ったらすき焼きでしょ！！ 豚すき焼き鍋
数量限定 メニュー 売り切れ御免 大盛+50円	600円 特製デミソースの オムライス	600円 北海道釧路発のB級グルメ スパカツ

※鍋メニューにはマッチやライター、お湯が必要になります。

★おすすめメニュー★

550円



3/27～4/1

ミックスフライ
手作りチーズハムカツ&
手作りチキンカツ&エビフライ

手作りミックスフライ弁当。
チーズハムカツ&チキンカツ
&エビフライの欲張りセット！
大満足間違いなし！！

600円



3/27～3/31

北海道釧路のソウルフード
スパカツ

北海道釧路発のB級グルメ！
スパゲッティミートソースに
とんかつを乗せたボリューム
満点な釧路のソウルフード！

500円



3/27～4/1

ジャンボチキン
ソースカツ丼

でっかいチキンカツを濃厚
ソースに漬けこんだソース
カツ丼！！
ソースに漬けたチキンカツで
ご飯がススム！！

週替わりカレーメニュー
特別価格500円税込

ライ大盛+ 50円
ルー大盛 +100円

昔ながらの具材ごろごろカレー
(3月21日(火)～25日(土))
家のカレーを思い出す具材がゴロゴロ入ったカレー

バターチキンカレー
(3月27日(月)～4月1日(土))
日本人の味覚に一番合うといわれるカレー！


300円



カレーとセットで
250円に！

たっぷり野菜の体きれいサラダ
日替わりでノンオイル
ドレッシング付 300円税込

カレーにトッピング
ロースとんかつ
1枚+150円
2枚+300円



からあげポテトセット
からあげ6個入り
350円税込

カレーとセットで
300円に！

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

各種おにぎり(梅・シャケ・コブ・明太マヨ)各100円税込
ツナマヨおにぎり100円税込

皇室御献上の浜「宮城県東松島市矢本」の
新海苔使用。にっぼんののり弁好評販売中！

2017年新海苔使用
にっぼんののり弁
540円税込

のり弁におかずプラス
各650円税込
白身フライのせ
イカフライのせ

内容 塩こうじ唐揚げ2個
万年屋特製タコ揚げ1個
卵焼 日替わり惣菜

870円税込
デラックス(のり弁、日の丸)
1080円税込
デラックススペシャル日の丸
※1080円1296円にもアレンジ可能
※アレンジは事前にご予約下さい

春のお祝い弁当ができました！！
歓送迎会などのイベントにピッタリ！

←春のお祝い弁当
1080円税込

春のお花見弁当→
870円税込

限定メニュー
厳選した素材を生かした限定メニュー！毎週1回限定です！！

750円

鶏もも肉の中に豚ひき肉を
詰めました！
柔らかくて絶品！
「豚挽肉の
チキンロール」
750円税込

3月22日(水)

3月30日(木)

肉厚ベーコンステーキとヒレカツ
のコンボランチ！
「ベーコンステーキ
&ヒレカツ」
800円税込

今週は木曜日！

日替わり400円・500円や週替わりメニューも
十穀米に変更できます！！

【白ごはん・十穀米の料金及びカロリー表】

463円 (税込500)	白ごはん半ライス	201kcal
	白ごはん普通盛	403kcal
	白ごはん大盛り	554kcal + 50円
	(白ごはん普通盛り)	
	十穀米半ライス	204kcal
	(十穀米半ライス)	
	十穀米普通盛り	408kcal + 50円
	十穀米大盛り	561kcal +100円

日	曜日	日替り463円(税込500円)	パワーアップ弁当！！ 500円プラス100円	日替り371円 税込400円
21	火	旬のアスパラを使った豚肉の中華炒め	エビフライ&からあげ	チキンカツ
22	水	ボリューム満点の牛肉入りサクサクコロッケ	ローストビーフ&肉団子	豚肉と小松菜 の炒め物
23	木	シェフ特製トマトソースの イタリアンハンバーグ弁当	チャーシュー&ウィンナー	鶏肉とレンコンの 甘酢炒め
24	金	うま味凝縮海鮮八宝菜	エビフライ&からあげ	ホッケ塩焼き
25	土	シェフにおまかせメニュー <small>土曜日は鍋メニュー・数量限定 メニューはありません。</small>	シェフにおまかせ	シェフにおまかせ
27	月	バランスよく仕上げた五目野菜炒め	ローストビーフ&肉団子	イカフライ
28	火	ご飯がススム唐辛子と黒胡椒でピリ辛鶏肉炒め	エビフライ&からあげ	メンチカツ
29	水	肉の日SPがつり系メニュー 生姜焼き&昔ながらの竜田揚げ	チャーシュー&ウィンナー	鶏肉とタケノコの チリソース炒め
30	木	豚肉との相性がGoodなチーズメンチカツ	ローストビーフ&肉団子	豚肉ともやしの オイスター炒め
31	金	シャキシャキ春キャベツの回鍋肉	エビフライ&からあげ	カレーコロッケ
1	土	菜めしごはんとおかずがいっぱい <small>土曜日は鍋メニュー・数量限定 メニューはありません。</small>	シェフにおまかせ	菜めしごはんとおかずがいっぱい

400円に
+50円
でおかず
2品
サービス

E: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) <small>白ごはん普通盛 十穀米半ライス</small>	栄養価	一口メモ
21	火	【こぼしい香が際立つ一品です】 ローストチキン/いんげんの磯和え/若竹煮/スパゲティバジル和え/コーン サラダ/漬物	E:339 た:18.0 塩:2.9	いんげんには特にβカロテンが多いのが特徴で アスパラギン酸なども含まれます。βカロテンは抗 酸化作用に優れ、メラニン色素の生成を抑える 働きもあります。
22	水	【贅沢野菜の餡かけでさらに美味しく出ています】 鰯の野菜餡かけ/ささみと小松菜のわさび醤油和え/三色お浸し/海老と 蓮根のオイスターソース炒め/梅風味サラダ/オレンジ	E:353 た:24.9 塩:3.1	小松菜には髪や皮膚の健康維持や視力維持、粘 膜や皮膚の健康維持、そして喉や肺などの 呼吸器系を守る働きがあるとされています。
23	木	【ナッツの香ばしさとピリッとした辛味がマッチ！！】 豚肉のナッツの豆板醤炒め/里芋と大根の煮つ転がし/棒々鶏風サラダ/ さつま芋のレモン煮/もやしの糸削り和え	E:340 た:19.3 塩:3.1	かぶはこんな方にオススメ 消化促進・胃腸機能回復、便秘や下りをし やすい方、むくみ緩和・デトックス、ダイエッ トのサポートに、老化・生活習慣病予防に
24	金	【肉味噌ソースで満足感を味わえること間違いなし】 豆腐ステーキ・肉味噌ソース/イカ竜田揚げ/しめじとコーンのソテー/五目 豆/さつま揚げの煮びたし/五目豆/きゅうりの韓国風漬物	E:306 た:20.7 塩:3.1	しめじはビタミンDが多く平茸の約2倍含ま れています。食物繊維もあり、不溶性が主 で整腸作用があります。
27	月	【プリッと海老とシャッキリ竹の子の相性は最強コンビ】 海老と竹の子の中華炒め/揚げしゅうまい/春雨サラダ/キャベツのピー ナッツよごし/ウィンナーと茄子のチリソース風/味噌田楽	E:276 た:12.8 塩:3.3	ピーナッツの脂質はオレイン酸、リノール酸が多 くコレステロールを減らす働きがあります。活性 酵素の働きでも酸化されにくく悪玉コレステロ ールを減らし血圧を下げる働きがあります。
28	火	【一味違った煮魚は食べてみる価値ありの品です】 四川風煮魚/かに風味ニラ玉/里芋のバター醤油炒め/白菜の柚子風味 和え/ベーコンとキャベツのサラスパ/漬物	E:321 た:21.0 塩:3.1	キャベツはビタミンCの含有量が100g中44mg と、とても優れています。成人の1日の摂取量は 約100mgなので大き目の葉であれば約3枚で摂 取できてしまいます。
29	水	【素材の旨味が存分に感じられる出来栄です】 八宝菜/蓮根とシーチキンの辛し和え/牛蒡のごま酢和え/春巻/ミニオム レツ/キウイフルーツ	E:340 た:19.3 塩:3.1	胡麻に含まれるゴマリグナンは活性酵素を撃退 するパワーがあると人気急上昇。
30	木	【トマトの酸味と甘みをうまく活かした味付けです】 鶏のケチャップ煮/野菜炒め/ミックスナムル/ひじきと鶏挽肉の炒め物/き のこと野菜のポン酢和え/ポテトのチーズまぶし	E:266 た:19.6 塩:3.0	ひじきに含まれるナイアシンは水溶性ビタミン の一種です。皮膚や粘膜の維持をサポート したり脳神経を正常に働かせるのに役立 ちます。
31	金	【人気！！味噌のこくと風味が絶品！！】 鮭のチャンチャン焼き/青梗菜と竹輪の辛子醤油炒め/きゅうりとくらげの 酢の物/セロリの昆布醤油漬/カリフラワーのゆかり和え/わかめと葱の めた	E:285 た:26.3 塩:3.1	葱には「にっにおいの素アリシン」が含まれてい ます。アリシンはビタミンB1の吸収を助けて くれるのでビタミンB1を多く含む食品と合わ せると効果大。