

平成29年6月前半メニュー

◎当日のご注文は、AM10:00までにお願います。6月5日(月)～6月18日(日)
 ※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。
 ※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☆

	6/5(月)～6/9(金)	6/12(月)～6/16(金)
463円 (税込500円) ライス付	550円 やわらかくってボリューム満点 ミルフィーユとんかつ 明太マヨソース付	550円 香味ネギソースが香ばしい！ 豚角煮&エビチリ
丼463円 (税込500円) 大盛+50円	豪華！海老天3本付き 天丼 海老天ダブル6本は800円	焼肉丼にスタミナをプラス！ ガーリックスタミナ 焼肉丼
魚463円 (税込500円) ライス付	和食の定番。ご飯との相性がばっちり！ サバ味噌煮	550円 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	さっぱり豚しゃぶでどうぞ！ 豚しゃぶうどん	大分名物とり天 とり天そば
数量限定 メニュー 売り切れ御免	600円 痺れる辛さがうまい！激辛注意！！ 唐揚げチキンの 麻辣麺	暑い日にはやっぱりコレ！ 冷し中華
	600円 ポークソテー ガーリックライス	600円 北海道釧路のソウルフード スパカツ

★おすすめメニュー★



550円
6/5～6/9
**ミルフィーユとんかつ
明太マヨソース付**

豚バラ肉をミルフィーユ状にしているので、サクッとジューシー！明太マヨソースとの相性もばっちりでご飯がススム！！



600円
6/5～6/9
**ポークソテー
ガーリックライス**

肉厚ポークソテーでがっつり行きましょう！ガーリックライスと一緒に食べたらスタミナアップ！！大満足の一品です！




600円
6/12～6/16
スパカツ

北海道釧路発のB級グルメ。スパゲティにとんかつを乗せて、ミートソースとたっぷり掛けたボリューム満点メニュー


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・ツナマヨ) 各100円税込

土曜メニュー
 ○日替わり弁当(400円、500円)
 ○からあげ弁当550円
 ○週替わりカレー500円～550円
 NEW 冷やし麺はじめます！
 ○6/10(土)豚しゃぶうどん500円
 ○6/17(土)冷し中華500円



6月18日(日)は父の日！
 万年屋特製チャーシュー&ローストビーフは父の日ギフトにピッタリ！！
 特製ローストビーフソース付
 400g 1,500円(税込)
 特製チャーシュー
 800g 2,100円(税込)
 ※冷凍でのお届けとなります。



週替わりカレーメニュー
ポーク辛～(カレー)500円税込
 (6月5日(月)～10日(土))
 激辛注意！辛くて美味しいカレー

カレーにトッピング
 ロースとんかつ
 1枚+150円
 2枚+300円

NEW **ビーフカレー550円税込**
 (6月12日(月)～17日(土))
 牛肉の旨みが凝縮！
 牛肉ゴロゴロカレーです！



ライス大盛+ 50円
 ルー大盛 +100円

皇室御献上の浜「宮城県東松島市矢本」の新海苔使用。

にっぽんのり弁 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

大洗吉田屋の梅干し使用
 日の丸弁当540円税込
 スペシャル日の丸 760円税込

デラックスのり弁・日の丸リニューアル！
 内容 唐揚げ2個 牛しぐれ煮 エビフライ1本 サラダ 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

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
(白ごはん普通盛り)	白ごはん普通盛	403kcal
(十穀米半ライス)	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

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！！

6月7日(水)



750円

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

6月14日(水)



750円

手捏ねハンバーグが柔らかくってジューシー塩こうじでうま味アップ！
「塩こうじハンバーグ」
 750円税込

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
5	月	この組み合わせが抜群！ サーモンフライタルタルソース付	エビチリ&春巻	鶏肉とニラの炒め物
6	火	旨み凝縮 海鮮八宝菜	中華からあげ&ちくわ天	カレーコロッケ
7	水	ごはんによく合う豚肉とインゲンのオイスター炒め	エビフライ&からあげ	チキンソテー
8	木	SPメニュー ピリ辛生姜焼き &ジューシー仕上げた塩こうじからあげ	エビチリ&春巻	うずら串フライ
9	金	爽やかに香るバジル風味チキンカツ	中華からあげ&ちくわ天	鶏肉とカシューナッツ炒め
10	土	シェフにおまかせ	シェフにおまかせ	シェフにおまかせ
12	月	黒コショウのスパイシーさが効いた 鶏肉とほうれん草の炒め物&ふっくらアジフライ	中華からあげ&ちくわ天	挽肉とジャガイモのカレー炒め
13	火	食べごたえ十分！人気の豚串カツ	エビフライ&からあげ	ホッケ塩焼き
14	水	ジューシーさ感じるメンチカツ	エビチリ&春巻	豚肉と大根のピリ辛煮
15	木	ボリューム満点MIXフライ弁当 (エビフライ&コロッケ&白身フライ)	中華からあげ&ちくわ天	タンドリーチキン
16	金	週末サービスメニュー ハンバーグ&イカフライ	エビフライ&からあげ	回鍋肉
17	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

400円に+50円でおかず2品サービス

日	曜日	ヘルシーメニュー463円(税込500円)	栄養価	一口メモ
5	月	【みんな大好き生姜の風味がたまらない！！】 豚肉生姜だれ炒め/アスパラガスの酢味噌和え/青菜と桜えびの炒め煮/大根サラダ/煮物/オレンジ	エ:292 た:15.1 塩:1.6	生姜の効果・効能の中心となるのはショウガオールという体を温めてくれる成分とジゲロールという免疫力を高める成分です。
6	火	【大好き贅沢気分のサクサクえびフライ♪】 エビフライ/水菜ときのこの青しそサラダ/切干大根の炒め煮/玉子焼き/里芋の含め煮/漬物	エ:265 た:11.0 塩:2.8	里芋は動脈硬化の予防に効果があり、近年、コレステロールの生成を抑制する成分が含まれている事が分かったそうです。
7	水	【わかめごはんの日！主菜、主食の2倍のおいしさ、満足感】 炊き込みわかめごはん/回鍋肉/中華サラダ/甘酢生姜和え/春巻/しらすとニラのお浸し/小豆白玉	エ:331 た:20.4 塩:3.0	ご飯がサービスでわかめごはんになります。わかめごはんのカロリーは白米と同じです。しらすに含まれるエラスチンはコラーゲンと共に皮膚の真皮、腱、血管壁等を構成している繊維状タンパク質で肌のハリや弾力に影響があるとされる重要な成分です。
8	木	【お徳感満載天ぷら、昼食後も元気元気！！】 キスの天ぷら・玉葱と人参のかき揚げ/椎茸と南瓜の甘煮/牛蒡の金平/サラダスパゲティ/なめこおろし/漬物	エ:308 た:15.4 塩:2.1	人参にはたくさんのカロテンが含まれていて、体内でビタミンAに変換されます。油との相性がよく、共に摂取する事でビタミンAの効果が増すそうです。
9	金	【夏を先取り♪トハワイアン気分でウッキウキ♪】 ハンバーグロコモコ風/粉ふき芋/チンゲン菜と人参のお浸し/海藻サラダ/さつま芋のグラッセ/デザート	エ:319 た:15.4 塩:2.3	さつま芋の特徴はビタミンC、カリウム、食物繊維が多いことです。特に食物繊維はじゃが芋の2倍もあります。
12	月	【味が染み込んだ筑前煮、人気の一品です】 筑前煮/ほうれん草と海苔の和え物/わかめとオクラの酢の物/もやしと竹輪の辛子和え/具沢山ビーフン/漬物	エ:328 た:21.7 塩:3.1	もやしはカリウムが含まれている為、血圧を下げる効果があります。これによって血液循環を整えます。
13	火	【トマトの酸味がオイスターの風味でこくが出ています】 豚肉と豆腐のトマトオイスター炒め/一口巾着煮/かに風味サラダ/青菜と油揚げの煮びたし/竹の子の土佐和え/漬物	エ:333 た:19.0 塩:2.9	豆腐の栄養素 ①タンパク質 畑の肉とも称されるくらい栄養価があります。体に必要な必須アミノ酸が全部含まれています。
14	水	【嬉しい菜めしごはん！！和風ソースでさっぱり仕上げり】 菜めしごはん/鶏の竜田揚げ和風ソース/木耳の炒め物/ブロッコリーのチーズ焼き/ピーマンとジャコの甘辛煮/マカロニのスパイス和え/デザート	エ:320 た:17.5 塩:2.8	ご飯がサービスで菜めしごはんになります。菜めしごはんのカロリーは白米と同じです。木耳はビタミンDが全食品の中でもトップクラスの含有量を誇ります。エリンギも3倍、椎茸の17倍の含有量です。
15	木	【スパイシーなアクセントで美味さ倍増！！】 あじのスパイシー竜田揚げ/大根サラダ青しそ風味/田舎風五色炊き合わせ/いんげんのピーナッツ和え/ミニオムレツ/お麩の酢の物	エ:298 た:21.0 塩:2.9	アジの美味しさはタンパク質と脂肪のバランスの良さです。EPAやDHA等の不飽和脂肪酸が多くコレステロールを下げ怖い動脈硬化、ボケ防止に効果があります。
16	金	【マロニーが旨味成分全てを染み込ませてお届けっ！】 豚肉とマロニーのピリ辛炒め/揚げ出し豆腐/ピクルス/なすの煮びたし/キャベツの昆布和え	エ:282 た:13.2 塩:2.7	豆腐の栄養素 ②サポニン 抗酸化作用があり、活性酸素を抑制する働きがあります