

平成29年8月前半メニュー



◎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。
 ※仕入都合上、内容が変更になる場合がございます。

7月31日(月)～8月13日(日)

お弁当の万年屋

TEL 029-267-5104

FAX 029-267-5916

☆週替わりメニュー☆

	7/31(月)～8/4(金)	8/7(月)～8/10(木)
510円 (税込550円) ライス付	タイ風焼き鳥 ガイヤーン パクチーのせ	お得なセットランチ! ハンバーグ & 豚塩カルビ
并463円 (税込500円) 大盛+50円	人気メニュー! ポリューム満点! 焼肉丼	香味ネギソースが香ばしくて美味しい! 中華風からあげ丼
魚510円 (税込550円) ライス付	さっぱり白身にタルタルが合う!! タラフライ タルタルソース付	西京味噌が決め手! 銀鮭の西京焼き
冷し麺 510円 (税込550円) ふりかけおにぎり付 +70円	夏はさっぱり冷し中華!! 冷し中華	レモンの酸味が食欲そそる! 冷し鶏塩レモンラーメン
	ジュシーおあげとごぼう天の歯ごたえ がうまいでっせ!! 関西風きつね ごぼう天うどん	まるごとトマトがインパクト大!! まるごとトマトそば わさびクリーミー仕立て
数量限定 メニュー 売り切れ御免 大盛+50円	夏のハワイアン! デミソースが決め手 チキンライスの ロコモプレート	タイの定番料理 ガパオライス パクチーのせ

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550円
- 冷やし麺
- 8/5(土)冷し中華550円



お盆の帰省土産にピッタリ! 万年屋特製炊き込みご飯の素シリーズ



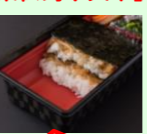
各種炊き込みご飯の素
 (1合用、2合用)
 たこめしの素、はまぐりめしの素
 一念発起めしの素、鮎めしの素
 奥久慈軍鶏めしの素

万年屋特製

チャーシュー 800g2100円税込
 ローストビーフ400g1500円税込
 ※ギフトセットもできますので、ご相談ください。



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
 のり弁
 540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

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

夏限定メニュー

こんなの作っちゃいました!!

8月2日(水)



800円

暑い日に辛いレッドカレーで食欲アップ!!
 & 青パパイヤのサラダ ソムタムタイのセット!
「レッドカレー&ソムタムタイ」
 税込800円

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円)	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

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
31	月	週初めのパワーアップメニュー 牛肉入りサクサクコロッケ	手作り塩こうじハンバーグ	挽肉とキャベツの 辛味噌炒め
1	火	さっぱり梅チキンカツ&豚肉と白菜炒め	カジキ竜田の甘酢あん	豚肉とごぼうの山椒煮
2	水	旨み凝縮! 豚肉のスタミナ炒め	手作りエビフライ	チキンカツ
3	木	お得なセットに!! エビフライ2本&チキングリル弁当	手作り塩こうじハンバーグ	八宝菜
4	金	爽やかな酸味のトマトソースハンバーグ弁当	カジキ竜田の甘酢あん	鶏肉のオイスター炒め
5	土	日替わり弁当(400円・500円)唐揚げ弁当550円 週替わりカレー550円 冷し中華550円		
7	月	夏には刺激的な辛さの四川風麻婆炒め & 春巻の中華弁当	手作りエビフライ	サーモンフライ
8	火	暑さにはコレ! 元気モリモリ チキン南蛮弁当	手作り塩こうじハンバーグ	鶏肉とタケノコの 豆板醤炒め
9	水	塩味が効いたマスの塩焼き&五目野菜炒め	カジキ竜田の甘酢あん	カニクリーミーコロッケ
10	木	人気のヒレカツ&スパイシーな豚挽肉カレー炒め	手作りエビフライ	豚肉とこんにゃくの ピリ辛煮
12	土	日替わり弁当(400円・500円)		

400円に
 +50円
 でおかず
 2品
 サービス

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 白ごはん普通盛 +穀米半ライス	栄養価	一口メモ
31	月	【夏バテ気味の心も体もこれを食べれば一発解消!!】 豚肉のスタミナ炒め/豆腐と海老の辛味あんかけ/玉子焼き/野菜のゆかり和え/揚げしゅうまい/杏仁豆腐		エ:326 た:22.3 塩:2.2	えびの特徴は高タンパク低脂肪でビタミンEの吹く有量が比較的多いことです。
1	火	【贅沢たっぷり野菜で食べ応え満足!!】 野菜たっぷりポークジンジャー/スナップエンドウの胡麻和え/こんにゃく田楽/ひじきと胡瓜の酢の物/シーフードサラダ		エ:329 た:19.3 塩:3.1	スナップエンドウに含まれるβカロテンは体内でビタミンAとして働きます。βカロテンの働きは粘膜を健康に保つ、夜盲症を予防する。皮膚や髪を健康を保ちます
2	水	【人気の春雨炒めで勝負!!】 豚肉と春雨の炒め物/金平ごぼうカレー風味/水菜とコーンのサラダ/わかめとオクラの酢の物/枝豆の浸し煮/漬物		エ:331 た:14.3 塩:2.9	枝豆に含まれるビタミンB1は消化液の分泌を促し糖質をエネルギーに変えるのを助けるのでスタミナ不足の解消に効果があると言われています
3	木	【サクリ揚げがった旬のカレイは言う事なしの出来栄です】 カレイのフライ/ツナとマカロニのサラダ/蓮根とひじきの煮物/ししとうの味噌炒め/チンゲン菜と竹輪の辛子醤油炒め/オレンジ		エ:325 た:16.4 塩:2.5	ししとうにはビタミンCが多く含まれていて風邪の予防や疲労回復、肌荒れなどに効果があります
4	金	【さっぱり仕立てでいくらでも食べられそうな危険な味】 鶏もも肉のポン酢かけ/ほうれん草とベーコンのソテー/ピーマンの天ぷら/ビーフンと海老の和え物/デザート		エ:332 た:18.9 塩:2.5	南瓜に含まれるルテインは目を守るためにも有効に働いてくれる栄養成分です。眼球の水晶体が正常に働く為、補助をしたり網膜に当たる強い光から目をほごしてくれま
7	月	【梅としその風味が食欲を掻き立てます】 鶏肉の梅しそ焼き/うずら串フライ/海老と小松菜のごま油炒め/青菜のお浸し/なすの煮びたし/漬物		エ:334 た:22.0 塩:2.7	しそは私達の食文化に欠かせないハーブです。他の緑黄色野菜に比べてβカロテンの含有量がとても多く老化防止となる抗酸化作用が高い食材です。
8	火	【サクリ揚げた魅力で誘惑する天ぷらのお出ましです】 野菜ときすの天ぷら/なめこおろし/ニラ卵炒め/キャベツの生姜和え/ひじき煮/漬物		エ:276 た:17.3 塩:3.1	なめこのぬめり成分は糖タンパク質の一種であるムチンによるもので胃の粘膜を保護して胃炎や胃潰瘍を予防する効果、タンパク質の消化を助ける効果があります
9	水	【お洒落空間漂う一時の時間を満喫してください】 白身魚とトマトのプロヴァンス風/ウインナー入り野菜炒め/スパゲティバジル和え/人参とさつま芋のイタリア風サラダ/色彩ピクルス/りんごのコンポート		エ:295 た:15.1 塩:2.7	人参は若返り成分βカロテンが豊富なアンチエイジング食材です 薬効:風邪の予防・血圧効果・視力回復・乾燥肌・貧血・冷え症・便秘・美肌・むくみ

★おすすめメニュー★

550円

7/31~8/4

**タイ風焼き鳥
ガイヤーン**

タイの郷土料理。
甘辛いたれで焼いた鶏もも肉をじっくり焼いているので、外はカリッと香ばしく、中は柔らかく仕上がっています!!

550円

7/31~8/4

まるごとトマトそば

まるごと1個のトマトを贅沢に使ったそばです!
わさびソースが暑い日にもサッパリ食べられます!

600円

8/7~8/10

ガパオライス

タイの定番料理ガパオライス。
ピリ辛味に炒めた挽肉とパクチーが絶妙なマッチング!
食欲増進メニューです。

週替わりカレーメニュー
牛すじ煮込みカレー
 550円税込
 (7月31日(月)～8月5日(土))
 シェフが3時間じっくり煮込んだ牛すじが絶品のカレー!
手羽元カレー
 550円税込
 (8月7日(月)～11日(金))
 じっくり煮込んだ手羽元がほろほろ美味!

ライス大盛+ 50円
 ルー大盛 +100円

カレーとセットで
 50円引き!

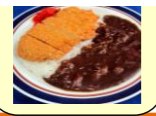
300円
 たっぷり野菜

350円

欲張りさん必見!!

カレーに牛焼肉をプラス
**焼肉あいがけ
 カレー**
 +100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



**+200円税込で
焼肉メガ盛り
登場！！**

**からあげポテト
セット**

(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

10	木	<p>【刺激性的なスパイスのあじが癖になること間違いなし】 タンドリーチキン/イカとアスパラの炒め物/パプリカのきんぴら/キャベツ の生姜和え/コールスローサラダ/デザート</p>	<p>エ:245 た:17.7 塩:3.2</p>	<p>アスパラに含まれているアスパラギン酸カリウムは糖質の代謝を促進して疲労をとる作用があります。また細胞内にカリウムを補給する重要な役目を果たしています。</p>
----	---	--	--	--