

平成30年2月後半メニュー



2月19日(月)～3月4日(日)

お弁当の万年屋

TEL 029-267-5104

FAX 029-267-5916

◎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。
※仕入都合上、内容が変更になる場合がございます。



2月決算大感謝祭開催中!

1月末で第27期の決算を迎えられました! これもひとえに皆様のご愛顧の賜物と心より感謝申し上げます。日ごろのご愛顧に感謝して「2月決算大感謝祭!」を開催中です。寒さ厳しい日々が続きますので、ぜひこの機会に万年屋特製鍋シリーズなどお楽しみください。

固形燃料2個付で出来上がりが早い!

○万年屋特製鍋シリーズ

鍋(麺) 感謝価格600円→550円

○カレーフェア

各種カレー感謝価格550円→500円

カツカレー700円→650円!

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!



たっぷり野菜のサラダ

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

おにぎり(梅・シャケ・明太子・コブ・ツナマヨ)
おにぎり各種 120円
普通盛ライス単品 200円

皇室御献上の浜「東松島市矢本」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 又は イカフライのせ
●大洗吉田屋の茨城県産梅干し使用
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・日の丸好評販売中!
のり弁・日の丸弁当におかず(唐揚げ2個、牛しぐれ煮、エビフライ1本、惣菜)をプラス870円税込 デラックス(のり弁または日の丸)1080円税込 デラックススペシャル日の丸

2月17日(土)から梅まつり開催
2月10日(土)から借楽園東門売店にてお弁当を先行販売します!



梅づくし弁当 1,080円(税込)

数量限定メニュー

750円



2月21日(水)

食べてビックリ! 目玉焼きがハンバーグの中に!
「目玉焼きINハンバーグ」税込750円

★おすすめメニュー★



スパイシーカレーソース とんかつ

やわらかとんかつにスパイシーカレーソースをかけました! 食欲そそる一品!!



イタリアン

ソース焼きそばに具沢山トマトソースの意外な組み合わせがおいしい新潟グルメ。

日替わり430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

☆週替わりメニュー☆

感謝価格	2/19(月)～2/23(金)	2/26(月)～3/2(金)
鍋麺510円 税込550円 ふりかけおにぎり付+70円	炙りチャーシュー 味噌ラーメン	ピリ辛チゲ味で温まる! チゲうどん
カレーフェア 税込500円 大盛+50円	ひき肉とビーンズのピリ辛カレー	ゴロゴロポークがおいしい ポークカレー
お財布応援メニュー 税込500円	NEW 新潟名物グルメ イタリアン トマトソースと焼きそばのコラボ	山椒の痺れる辛さが病みつきに NEW 汁なし担担麺 広島市のB級グルメ
510円 税込550円 ライス付	NEW 食欲そそるカレーソース スパイシーカレーソース とんかつ	不動の人気メニュー 塩こうじからあげ 塩こうじが旨み引き出す
丼510円 税込550円 大盛+50円	香味ネギソースが食欲そそる 中華風からあげ丼 やわらか鶏肉がおいしい	彩り野菜7品目入り ビビンバ丼 一日に必要な野菜の1/3が摂れる
魚510円 税込550円 ライス付	西京味噌が決め手 銀鮭の西京焼き ご飯との相性バツグン	和食の定番 サバ味噌煮 1日分のEPA、DHAが摂れる
SPメニュー 556円 税込600円 大盛+50円	静岡県伊豆稲取のソウルフード 肉チャーハン 豚肉を覆う豚肉と野菜のコラボ	北海道釧路のソウルフード スパカツ ミートソースにカツで大満足

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398円 税込430円
19	月	食欲UPはコレ! ガリバタ鶏肉炒め&メンチカツ	手作り塩こうじハンバーグ	カレーコロッケ
20	火	ホッとする味 ほくほく肉じゃが&チキンカツ	メカジキ竜田の甘酢あん	アジフライ
21	水	ご飯が進む豚肉とキャベツのコチュジャン炒め	手作りエビフライ	鶏肉とタケノコのオイスター炒め
22	木	豚串カツ&ひき肉と野菜のカレー炒め	手作り塩こうじハンバーグ	回鍋肉
23	金	豚バラ肉と舞茸の旨み凝縮生姜炒め	メカジキ竜田の甘酢あん	サーモンフライ
26	月	旨辛!! 鶏肉のラー油炒め&男爵コロッケ	手作りエビフライ	豚肉の辛みそ炒め
27	火	人気のヒレカツ&五目野菜炒め	手作り塩こうじハンバーグ	メンチカツ
28	水	イカフライ&豚肉と小松菜のオイスター炒め	メカジキ竜田の甘酢あん	鶏肉と大根の炒め煮
1	木	この組み合わせ抜群! サーモンフライタルタルソース	手作りエビフライ	キーマカレー炒め
2	金	週末のお疲れさまでしたメニュー ビリ辛生姜焼き弁当	手作り塩こうじハンバーグ	豚ニラ炒め

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)	栄養価	一口メモ
19	月	【脂がのった鯖にネギの香ばしさがイテ!!】 鯖の葱味噌焼き/お浸し/野菜と錦糸卵の和え物/ほうれん草の白和え/さつま芋の天ぷら/黄桃	E:266 た:18.0 塩:2.0	ネギのアリシンには鎮静作用(神経を鎮めてくれる作用)があり、不眠症に効果があるという事が証明されています。
20	火	【豪華!!人気のすき焼きとハンバーグのコラボ】 ハンバーグすき焼き風/スナップエンドウの胡麻和え/ひじきとハスの炒め煮/わかめと貝割菜のサラダ/キャベツといんげんのお浸し/漬物	E:315 た:14.0 塩:2.4	貝割菜にはメラトニンという物質が含まれています。メラトニンは脳から放出させるホルモンで体内時計を調整するホルモンであり睡眠の際に放出させて快眠をもたらしてくれるホルモンです。
21	水	【スパイスの効いた竜田は最高の出来栄え】 鶏もも竜田スパイシー揚げ/りんごとキャベツのコールスローサラダ/ほうれん草のソテー/かぶと桜えびのお浸し/ブロッコリーの胡麻酢和え/漬物	E:323 た:18.3 塩:2.8	ブロッコリーに含まれるビタミンC含有量はキャベツの3倍以上とも言われています。鉄分や亜鉛などのミネラルも豊富なので非常に優秀なお野菜です。
22	木	【デミソースがポーグに絡まる贅沢仕立て】 ポークストロガノフ/カリフラワーの甘酢和え/アスパラのおかか和え/大根と人参の甘煮/イタリアン海藻/春菊の中華サラダ	E:334 た:16.7 塩:2.9	アスパラに含まれるアスパラギン酸には利尿作用があり身体の中の毒素を尿と共に排出してくれる働きがあります。余分な水分が排出されることはむくみ解消効果も期待できます。
23	金	【旬のぶりをこくと照りで味付けしました】 ブリの照り焼き/煮物/アーモンド和え/白菜のお浸し/イカと季節の野菜のソテー/胡瓜の韓国風漬物	E:313 た:19.1 塩:3.0	アーモンドにはビタミンEが多く含まれており細胞や血管の酸化を防ぐ抗酸化作用があり老化防止に非常に効果的といわれています。
26	月	【ジューシー白身のあんかけは正直言って人気です】 カレイの竜田揚げ野菜餡かけ/切干大根の炒め煮/かに風味サラダ/長ねぎとハムのゴマ油和え/小松菜と油揚げの煮びたし/オレンジ	E:312 た:21.0 塩:2.8	小松菜にはカルシウムが多く含まれておりカルシウムは骨や歯を丈夫にするのは勿論ですが神経の興奮を抑えたり、心臓の筋肉を正常に動かせるという効果があります。
27	火	【香ばしく焼き上げた鮭に優しいクリームがマッチ】 鮭のグリル野菜一杯のクリームソース/ヘルシーサラダ/牛蒡のシーザー風味/キャベツの柚子風味和え/ペンネソテー/スイートポテト	E:317 た:19.5 塩:2.8	牛蒡に含まれているアクチゲニンという成分はグルコース(ブドウ糖)の筋肉への取り込みをサポートすることで脂質代謝や糖質代謝を改善する効果が報告されています。
28	水	【人気の生姜焼きをさっぱり風味に仕上げました】 豚肉の梅生姜焼き/具沢山ビーフン/アスパラとじゃが芋のチーズ焼き/中華サラダ/青菜の磯和え漬物	E:293 た:18.8 塩:22.9	生姜のジンゲロールとショウガオールなどの強い辛味成分は血液をサラサラにする血中コレステロールを減らす血液を下げる、胃がんを抑制するなどの効果があるとされています。
1	木	【食べた人から虜になる大人気商品です!】 あなたのハートわし掴みのハンバーグデミグラス/チンゲン菜のアーモンド和え/彩り豊かなえびとパプリカのソテー/ペンネのトマト和え/人参とさつま芋のイタリア風サラダ/歯ごたえ抜群胡瓜の漬物カツオ風味	E:326 た:17.8 塩:3.0	アーモンドの主成分はオレイン酸・リノール酸という「不飽和脂肪酸」食物繊維も多く老廃物を排出したりブドウ糖を余分に吸収しないように働いてくれます。
2	金	【香ばしく焼いた淡白な白身に野菜入りのトマト味がマッチ】 白身魚のプロヴァンス風/ほうれん草の白和え/さっぱり大根サラダ/蓮根とヒジキの煮物/ニラ玉炒め/ピリっと辛いキャベツの辛子和え	E:326 た:17.8 塩:3.0	辛子は糖質の代謝を助けエネルギーを作り出し疲労回復に役立つビタミンB1や細胞の新陳代謝を促進させます。