

平成30年3月前半メニュー



3月5日(月)～3月18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。

会席や来客用にも!

春の新作弁当ご予約受付中!



お祝い弁当
1,080円税込
お花見弁当
870円税込

卒業式・入学式のご注文には、お祝いごはんをお赤飯にします! 詳しくはお問い合わせください。

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

東日本大震災から7年を迎え、あの日を忘れないためにお弁当の万年屋は、継続的に東北を応援していきます!!
3月13日は、日替わりメニューに**南三陸の漁師 佐藤長治さんのとれたて生わかめ**を使用します! この時期しか食べられない旬の味をご堪能ください。



3月13日は、中学校の卒業式! 事前注文でお赤飯もお届けします! 1人前300円税込

冷し麺はじめました!

☆ おすすめメニュー ☆



500円
3/5~3/9
海老天カレーうどん
カレーうどんに豪華海老天をトッピング! スパイシーなカレースープが麺と絡んでとっても美味しい! 電子レンジで温めることもできます!



550円
3/12~3/16
中津からあげ
大分県中津市のご当地からあげ生姜やニンニクをしっかり効かせた中津からあげを再現! 隠し味は...なんとリンゴ(果汁)です!!

梅まつり開催中!! 借楽園東門売店にてお弁当を販売中



梅づくし弁当
1,080円(税込)
水戸印籠弁当1,080円
三浜たこめし 880円
ダイダラボウのはまぐりめし 880円

☆ 週替わりメニュー ☆

	3/5(月)~3/9(金)	3/12(月)~3/16(金)
鍋602円 税込650円 ライス付	体にいいものたっぷり 薬膳鍋	3時間煮込んだ牛すじが絶品! 牛すじチゲクッパ
510円 税込550円 ライス付	お得なセットメニュー 豚角煮&エビチリ	大分県中津市のご当地からあげ NEW中津からあげ
丼510円 税込550円 大盛+80円	大分県中部の郷土料理とり天 とり天井	台湾まぜそばをご飯に 台湾まぜめし
魚510円 税込550円 ライス付	人気魚メニュー スモークサーモン	サバの竜田揚げ 黒酢あん
冷し麺463円 税込500円 ふりかけおにぎり付+70円	カレーうどん豪華海老天のせ 海老天カレーうどん	とり天がそばつゆにいい味出す 冷しとり天そば
価格改定 カレー463円 税込500円 大盛+50円	ゴロゴロビーフがおいしい ビーフカレー	昔ながらの 具材ごろごろカレー
SPメニュー 556円 税込600円 大盛+50円	極旨チャーハン&麻婆春雨 ハルチャー	オムライス デミグラスソース

皇室御献上の浜「東松島市矢本」海苔使用。
●にっぼんのり弁 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



カレーとセットで
50円引き!
300円
たっぷり野菜のサラダ



数量限定
800円
3月7日(水)
「三元豚のチーズとんかつ」
税込800円

日替り430~500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
	(白ごはん普通盛り)	十穀米半ライス
	十穀米普通盛り	204kcal
	(十穀米半ライス)	十穀米普通盛り
	十穀米大盛り	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398円 税込430円
5	月	ピリッと辛い山椒のきいた麻婆炒め&春巻	手作りエビフライ	鶏肉の ジンジャー炒め
6	火	旬のアスパラを使った鶏肉の中華炒め&豚串カツ	手作り塩こうじハンバーグ	かに玉
7	水	万年屋特製中華からあげ&五目野菜炒め	メカジキ竜田の甘酢あん	イカカツ
8	木	どえりゃ〜うみや〜 名古屋名物味噌カツ	手作りエビフライ	豚肉ともやしの チゲ炒め
9	金	北海道産男爵コロッケ&春キャベツのうまみ凝縮回鍋肉	手作り塩こうじハンバーグ	鶏肉とごぼうの 炒め物
12	月	スタミナ満点豚ニラ炒め&チキンカツ	メカジキ竜田の甘酢あん	豚肉とこんにやくの ピリ辛煮
13	火	南三陸応援メニュー-長さんの生わかめ 食べ応え十分なジューシーメンチカツ	手作りエビフライ	クリームコロッケ
14	水	大人気とろっとたまごのカツ煮風弁当	手作り塩こうじハンバーグ	ぶり照り焼き
15	木	肉のうまみを引き立てる豚肉のみそ焼き &菜の花の菜種和え	メカジキ竜田の甘酢あん	野菜コロッケ
16	金	鶏肉とニンニクの芽の辛みそ炒め&アジフライ	手作りエビフライ	ひき肉ときこの ピリ辛炒め

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) <small>白ごはん普通盛 十穀米半ライス</small>	栄養価	一口メモ
5	月	【春の訪れ 鱈ちゃん 優しい味付けに仕上げました】 鱈のけんちん焼き/揚げ出し豆腐/あさりの旨味の炒り卵あさりあん/小松菜と車麩の煮物/もやしと人参のお浸し/漬物	E:334 た:19.9 塩:3.0	もやしは野菜の平均3倍以上のモリブデンが含まれています。モリブデンには鉄分の利用を促す作用があることから貧血を予防する効果も期待できます。
6	火	【卵の衣で包んだ鮮やかな色に食も促されます】 ポークピカタ/竹輪の磯辺揚げ/海藻とイカの和風サラダ/ピリ辛ブロッコリー/食べた瞬間爽やかな生姜風味を感じる生姜ボール/漬物	E:329 た:20.1 塩:2.9	ブロッコリーにはスルフォラファンと呼ばれる物質が含まれており、体内の活性酸素を除去したり、発癌性物質や有害物質を出す働きがあります。
7	水	【脂ののったジューシーな鱈は大人のスパイスでどうぞ】 あじのスパイシー竜田揚げ/蒲鉾と三つ葉の卵とじ炒め/胡瓜とキャベツの酢漬け/アスパラとじゃが芋のチーズ焼き/ツナとトマトのスパゲティ/つくね串	E:330 た:24.1 塩:3.0	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。
8	木	【豚とニラの食欲そそる風味に卵がアクセント!!】 卵入り豚ニラ炒め/ナスとピーマンの味噌煮/チンゲン菜と海老のナムル/チーズ入りポテトサラダ/菜の花と油揚げのお浸し/オレンジ	E:325 た:22.1 塩:2.8	菜の花は葉酸・ビオチン・鉄の含有量が野菜類の中ではトップクラス。葉酸は胎児の正常な発育を助ける働きや貧血の予防などに効果があります。
9	金	【良質な脂と甘酢が絶妙にマッチ!!】 ぶりの甘酢漬け/エビと竹の子の中華炒め/ジャコとキャベツのお浸し/蓮根の金平/白菜としめじの煮びたし/胡瓜の韓国風漬物	E:333 た:19.4 塩:3.0	胡瓜には水分とカリウムが多く含まれ、利尿作用があるのでむくみの解消によく効くと言われます。
12	月	【こんがり焼いたチキンにイタリアの風】 チキンソテーイタリアン/ミニトマト バジル&チーズ/いんげんのカニカマサラダ/竹輪とキャベツのお浸し/ブロッコリーときこのペペロンチーノ/さつま芋のレモン煮	E:334 た:20.8 塩:2.8	さつま芋には不溶性食物繊維のセルロースという栄養が多く含まれています。セルロースは腸を刺激し便通を促進、便秘を解消する効果が期待できます。
13	火	【味噌とバターは相性抜群 食欲が掻き立てられます】 鮭の味噌バター野菜かけ/南三陸産わかめと貝割菜のサラダ/白菜と柚子風味和え/大根とイカの煮物/三色お浸し/かぶの紫蘇の漬物	E:317 た:22.1 塩:3.0	鮭はアスタキサンチンと呼ばれる成分が含まれておりことで有名です。ビタミンCよりも優れた抗酸化作用を持っていてビタミンCの約6000倍とされているのです。
14	水	【人気の中華 野菜のうまみとまろやかなこく仕立てです】 回鍋肉/ミックスナムル/がんも煮/優しいお味の小松菜のしらす煮/豆腐と海老の辛味あんかけ/杏仁豆腐	E:336 た:23.1 塩:2.5	しらすには天然のミネラルであるマグネシウム・亜鉛・セレン・鉄等が豊富に含まれています。疲労回復、ストレス緩和、風邪などの免疫力低下を予防します。
15	木	【とろとろ卵と鶏肉がおいしい! ご飯にかけたら親子丼に】 親子煮/ほうれん草の胡麻和え/懐かしい味里芋のほっこり煮/わかめと蓮根のお浸し/もやしの磯風味/胡瓜の漬物かつお風味	E:335 た:17.6 塩:2.9	里芋の独特のぬめりはガラクトンという炭水化物とタンパク質の結合した粘性物質によるもので癌や潰瘍の予防に効果があります。
16	金	【人気のハンバーグがホワイトルウで心もポッカポカ】 ハンバーグホワイトソース/マカロニサラダ/ポイルスナップエンドウ/いんげんの胡麻酢和え/じゃが芋の洋風和え/大根と切り昆布の漬物	E:335 た:14.5 塩:3.0	胡麻には不飽和脂肪酸をはじめ良質なたんぱく質、食物繊維、鉄分、カルシウム、ビタミン類が豊富に含まれ、一日に必要なとされる栄養分を補ってくれます。