

平成30年6月前半メニュー



6月4日(月)～6月16日(土)

お弁当の万年屋

TEL 029-267-5104
FAX 029-267-5916

◎当日のご注文は、AM10:00までにお願います。
※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。

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

金沢カレーパン製造会社と
提携！当日注文でお弁当
と一緒に届け！
金沢カレーパン
250円(税込)

数量限定

6月6日(水)



750円

「豚ひき肉のチキンロール」
税込750円

6月13日(水)



800円

「グリーンカレー
& タイ風春雨サラダヤムウンセン」
税込800円

一段のり弁当の内好評販売中！



皇室ご献上の浜「東松島市矢本」の海苔
ひたちなか市黒澤醤油店「醬蔵」使用
おかず：万年屋名物「タコ揚げ」からあげ
きんぴら、焼売、卵焼き、煮物

一段のり弁・幕の内
700円(税込760円)



シンプルな二段のり弁はこちら
にっぽんのり弁
500円(税込540円)

二段のり弁+おかず
デラックスのり弁 800円(870円税込)
おかず 唐揚げ2個 牛しぐれ煮
エビフライ サラダ 惣菜

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

【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	204kcal
	十穀米普通盛り	408kcal + 50円
	(十穀米半ライス)	561kcal + 100円

☆ おすすめメニュー ☆



6/4～6/8

にくみそりょうめん
肉味噌涼麺

ワタルシェフが台湾で食べた涼麺を
再現！ごまダレと特製ダレでさっぱり
美味しい！甘辛い肉味噌とさっぱりし
たキュウリで箸が進みます！

カレーとセットで
50円引き！

300円

たっぷり野菜
のサラダ



6/11～6/15

ホンロウファン

ワタルシェフの台湾料理第2弾！
台湾の夜市の屋台で人気の
ホンロウファン。大ぶりの豚角煮
とメンマの丼！ボリューム満点！

駅弁値上げのお知らせ(平成30年6月1日～)

近年駅弁の原材料であるタコやハマグリが高騰を続け、弊社としても生
産・流通コストを削減し、価格を維持してまいりました。しかしながら高騰
を続ける原材料に価格を維持することができない状況となってまいりまし
た。つきましては、6月1日より下記の通り駅弁の価格改定いたします。ご
理解の程よろしくお願いたします。

対象駅弁：三浜たこめし、ダイダラボウのはまぐりめし
改定価格：(旧)880円(税込) → 1,000円(税込)

☆週替わり☆	6/4(月)～6/8(金)	6/11(月)～6/15(金)
台湾シリーズ 510円 税込550円	台湾で人気のさっぱり冷し麺 肉味噌涼麺 ふりかけおにぎり付+70円	台湾夜市の屋台で人気 ホンロウファン 豚角煮&メンマのボリューム丼
510円 税込550円 ライス付	生姜焼きにタルタルがよく合う！ 豚生姜焼き タルタルソース添え	みんな大好き！ スタンダード からあげ
463円 税込500円 大盛+50円	海老天3本いり 海老天丼 海老天ダブル6本は800円	
魚510円 税込550円 ライス付	桜チップで自家製スモーク スモークサーモン	サバ竜田揚げ 黒酢あんかけ
冷し麺463円 税込500円	冷し鶏南 けんちゃんそば	関西風きつね ごぼう天うどん
		激辛注意！花椒の痺れる辛さ！ マールーメン 麻辣麺
カレー463円 税込500円 大盛+50円	激辛注意！辛さの中に旨みが ポーク辛～(カレー) ライス大盛+50円 ルー大盛+100円 カツカレー+150円	ひき肉と豆の食感が美味しい キーマカレー
SPメニュー 556円 税込600円 大盛+50円	沖縄の郷土料理 タコライス ピリ辛サルサソースが決め手	麻婆春雨とチャーハンのコラボ ハルチャー ピリ辛味で食欲アップ！

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
4	月	活力UPメニュー 豚串カツ&タッカルビ	手作り塩こうじハンバーグ	五目炒め
5	火	美味しさが広がる 八宝菜	手作りエビフライ	ホッケ塩焼き
6	水	甘辛味のご飯によく合う豚すき	メカジキ竜田の甘酢あん	タマゴサラダフライ
7	木	肉じゃがコロケ & サワラの照焼	手作り塩こうじハンバーグ	豚肉とこんにやく のピリ辛煮
8	金	やわらかチキンにかくれんぼ チーズチキンカツ	手作りエビフライ	鶏肉とインゲン炒め
11	月	コクと風味が絶品 豚バラとキャベツのオイマヨ炒め	メカジキ竜田の甘酢あん	ミートコロケ
12	火	この食感が好き！豚肉と豆もやしのピリ辛炒め	手作り塩こうじハンバーグ	鶏肉とキャベツ のコチュジャン炒め
13	水	エビフライとカニクリームコロケの洋風弁当	手作りエビフライ	麻婆炒め
14	木	四川風鶏肉とチンゲン菜炒め	メカジキ竜田の甘酢あん	白身フライ
15	金	大人気のトロっとチーズインハンバーグ	手作りエビフライ	回鍋肉

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) <small>白ごはん普通盛 十穀米半ライス</small>	栄養価	一口メモ
4	月	【サクサク・ぷりぷり食感を楽しんで】 エビと筍の中華炒め/チーズチキンカツ/さつま揚げの煮浸し/卵 の花/里芋の柚子味噌かけ/キュウリの漬物カツオ風味	エ:333 た:20.5 塩:4.4	筍をゆでてカットした際出てくる白い塊 は、チロシンです。脳を活性化してやる 気や集中力を高めてくれるなどの効能 があります。
5	火	【お酢で健康！食欲増進！！】 酢豚/かに風味サラダ/水菜と大根のお浸し/れんこんの甘酢和 え/もやしとちくわの和え物/杏仁豆腐	エ:287 た:16.3 塩:2.4	お酢には殺菌効果があります。酢が 入った食品を食べると、口の中を清潔に 保つことが出来、消化器にも良い影 響を与えます。
6	水	【洋食屋の定番メニュー！エビフライ弁当】 エビフライ/アスパラのおかかまぶし/海藻サラダ/ゆで豚のチリ ソース和え/つぼ漬け	エ:322 た:25 塩:2.8	アスパラガスのアスパラギン酸は、疲労 回復や体液のバランスを整えるなどの 効能があります。
7	木	【照焼きダレはハンバーグと相性抜群！！】 照焼きハンバーグ/かぼちゃのグラッセ/ジャコとチンゲン菜のお 浸し/酢の物/ヒジキの煮物/大根サラダ	エ:263 た:13.3 塩:3.7	酢には栄養吸収促進効果がありま す。カルシウムなどの吸収率をアッ プします。
8	金	【しゃきつと野菜で午後もしゃきしゃき！】 豚肉としゃきしゃき野菜の炒め物/イカ大根/揚げ餃子/金平ゴボ ウ/漬物	エ:301 た:17.7 塩:3.1	イカは、タンパク質が多く、脂質が 少ないです。ダイエットやコレステ ロールが高めの人はおすすめで す。
11	月	【ごはんが進む！麻婆豆腐】 彩り麻婆豆腐/しめじと筍の旨煮/もやしのナムル/シーフード入り 海藻サラダ/インゲンの胡麻和え/漬物	エ:351 た:23.1 塩:4.1	インゲンは、6月からが旬です。栄 養素が高く、老化防止・美容効果も 期待できます。
12	火	【日本人ならやっぱり煮物、お袋の味】 筑前煮/エスニック春雨サラダ/スナックエンドウと豆腐の胡麻和 え/菜の花とエビのイタリアンソテー/しらすとニラのお浸し/漬物	エ:333 た:20.5 塩:3.7	菜の花は、ビオチンの含有量が多 いため、白髪や薄毛予防の効能や 効果が期待されます。
13	水	【油不足はお肌の大敵。中華で潤い補給】 回鍋肉/えのきと小松菜の煮びたし/水菜と桜エビのお浸し/キュ ウリとメンマのごまあぶら風味サラダ/春巻き/オレンジ	エ:341 た:18.3 塩:3.1	四川省出身の中華料理人、陳建民 が日本人好みに回鍋肉をアレンジ して広がりしました。
14	木	【味噌のイソフラボンで女子力アップ！】 鮭の味噌マヨネーズ焼き/キャベツのスパイス炒め/具沢山ビー フン/人参しりしりー/かぶの漬物	エ:325 た:20.8 塩:3.7	キャベツに、含まれているキャベジ ン。胃や十二指腸などに対する抗 潰瘍作用があります。
15	金	【はちみつでのどが喜ぶ！目指せ美声】 チキンピカタでミグラスソース/イカ竜田揚げ/イタリアンサラダ/か ぼちゃのバターハニーソテー/小松菜の辛子和え/キュウリの浅 漬け	エ:324 た:20.6 塩:2.1	かぼちゃは、代表的な緑黄色 野菜です。栄養がずっしり。