

平成30年7月後半メニュー



7月17日(火)～7月31日(火)

お弁当の万屋

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。

☆ おすすめメニュー ☆

7/17～7/20



500円

カレー焼きそば

福島県会津若松のご当地グルメ！
濃厚ソース焼きそばにカレーをかけたボリューム満点メニュー。
ソース焼きそばとカレーが合うんです！ぜひ一度、お試しを。

7/23～7/27



600円

スパカツ

北海道釧路市のソウルフード
パスタにとんかつを乗せ、豪快にミートソースをかけたメニュー！
ボリューム満点！スタミナつけて夏を乗り切れ！！



7/23～7/27

←牛すじ煮込みカレー

お客様からのリクエストにお応えして復活です！！
ワタルシェフがじっくり2時間かけて煮込んだ牛すじが柔らかくて絶品！



カレーとセットで60円引き！

300円

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お届け！

金沢カレーパン 250円(税込)

7月20日は土用の丑の日
万屋特製うな井でスタミナつけて夏を乗り切ろう！



加熱容器で熱々が食べられます
特製うな井1500円税込

数量限定

7月18日(水)



800円

「レッドカレー＆
ソムナムタイ(青パパイヤのサラダ)」

7月25日(水)



750円

「目玉焼きinハンバーグ」

一段のり弁幕の内好評販売中！

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「醤油」使用

おかず：日替わりおまかせメニュー

一段のり弁・幕の内 700円(税込760円)

シンプルな二段のり弁 500円(540円税込)

二段のり弁+おかず

デラックスのり弁 800円(870円税込)

日替り430・500円や週替わりメニューも十数品に変更できます！！

【白ごはん・十数品の料金及びカロリー表】

463円 白ごはん半ライス 201kcal
白ごはん全ライス 402kcal

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
17	火	厚切りハムカツ&サバの照焼	手作り塩こうじハンバーグ	麻婆春雨
18	水	甘辛味が食欲かきたてる！鶏肉のコチュジャン炒め	手作りエビフライ	カニクリームコロッケ
19	木	暑さを吹っ飛ばせ！かつ煮弁当	メカジキ竜田甘酢あん	ポークビーンズ
20	金	ホッとする味 肉じゃが	手作り塩こうじハンバーグ	鶏肉の親子炒め
23	月	食欲そそるスパイシーなカレーコロッケ	手作りエビフライ	豚肉とごぼうのピリ辛煮
24	火	夏バテ対策 ゴーヤチャンプルー&メンチカツ	メカジキ竜田甘酢あん	エビカツ
25	水	カニクリームコロッケ&サワラマヨネーズ焼き	手作り塩こうじハンバーグ	回鍋肉
26	木	満足度〇！MIXフライ(エビフライ&白身フライ&コロッケ)	手作りエビフライ	鶏肉とレンコンの シャキシャキ炒め
27	金	旨み凝縮 八宝菜	メカジキ竜田甘酢あん	サワラ照焼
30	月	やわらかイカフライ&豚肉と小松菜のオイスター炒め	手作り塩こうじハンバーグ	鶏肉とニラの炒め物
31	火	大好評のチーズインハンバーグ	手作りエビフライ	五目野菜炒め

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	一口メモ
17	火	【お星のプチパカンス～ハワイ編～】 ハンバーグロコモコ風/春雨エスニックサラダ/洋風きんぴら/モヤシとハムの 酢の物/大豆ペペロン/オクラのおかか和え/大根ときゅうりのピリカラ漬	エ:416 た:23.8 塩:3.6	春雨は豆・芋でんぶん、ビーフンはうるち米でんぶんってご存知でしたか？
18	水	【外はサクリ、中はふんわり、歴史の味】 サワラのオランダ揚げ/茄子揚げびたし/ピーマンともやしの炒め物/ゴーヤ 和風和え/野菜スパイシー炒め/人参とじゃこの炒め物/ロールキャベツ	エ:391 た:22.7 塩:3.9	オランダ揚げは白(魚のすり身)、赤(人参)、青(パセリ)でオランダの国旗をイメージした料理です。
19	木	【にんにくとマスタードで食欲スイッチON！！】 ポークガーリックソテーマスタードソース/棒々鶏風サラダ/小松菜と高野豆腐の煮びたし/蓮根の梅和え/キャベツときゅうりのゆかり合え/じゃが芋カレー煮/きぬさやの卵とじ	エ:355 た:23.2 塩:3.2	マスタードにはミネラルが豊富。実は栄養価の高い食品なんです！
20	金	【大人気竜田揚げ、争奪戦の可能性ありかも！？】 鶏もも竜田香味だれ/茄子の薬味和え/ワカメのナムル/こんにゃくの田楽/ポテトサラダ/ブロッコリーのチーズ焼き/大根のレモン漬	エ:433 た:20.2 塩:3.9	レモンに多く含まれるビタミンCは免疫力を高める働きがあるので風邪予防の効果あり！風邪ひかないでくださいね！
23	月	【豚肉食べてビタミンB1補給】 豚肉のくわ焼き/イカと枝豆のカレー炒め/切干大根のサラダ/大豆と切り昆布の煮物/ナスの味噌炒め/セロリの梅和え/黄桃	エ:379 た:25.8 塩:3.7	ビタミンB1、別名「疲労回復ビタミン」。代謝を促進して疲労回復に導きます。
24	火	【かもすぜ！！鶏胸パワー】 さば塩麹焼き/小松菜の生蒸風味和え/白滝と蓮根の甘辛煮/茄子の甘味噌炒め/じゃが芋そぼろ煮/ブロッコリー豆板醤ソース/きゅうりの辛味漬	エ:325 た:21.5 塩:4.4	塩麹にはGABAが多く含まれリラックス効果あり！うまみ成分もたっぷりなので味付けに使用ば一石二鳥！
25	水	【甘くてちょっと苦い恋のようなマーマレード】 チキンのマーマレード焼き/エビの中華甘味噌炒め/茹で野菜コンソメ味/菜の花のお浸しわさび風味/キャベツときのこのサッパリ炒め/青菜とヒジキのじか煮びたし/あちら漬	エ:353 た:26.3 塩:3.7	マーマレードの食物繊維ペクチンはコレステロールの吸収を妨げ、排出します。苦い思い出も排出して欲しいですね。
26	木	【肉厚な茄子を人気の中華で仕上げました】 麻婆茄子/イカの七味焼き/エリンギとほうれん草の炒め物/ゴーヤサラダ/里芋のごまごし/さつま揚げの煮びたし/ししとう	エ:329 た:22.1 塩:5.1	ナスのβカロテンは皮膚の機能維持に働き、油と一緒にすることで吸収率もUP！
27	金	【ボン酢をたくさん使ってます】 鶏もも肉のボン酢かけ/切干大根のツナカレー炒め/きゅうりとメンマのごま油風味サラダ/じゃが芋の土佐和え/ほうれん草の磯和え/こんにゃく煮/エノキの中華風	エ:339 た:20.9 塩:3.4	江戸時代にオランダからやってきたボン酢。その頃から夏の疲労回復のために飲まれていたそうです。
30	月	【絶妙仕立てのバランスのとれた館で】 豚酢/オクラの胡麻和え/キャベツと三つ葉のお浸し/コーンとピーマンのサラダ/アサリと春雨の炒め物/ごぼうサラダ/たたききゅうり	エ:367 た:12.8 塩:3.9	お肌に必要なビタミンC。しかし壊れやすい・・・そんなビタミンCの強い味方が酢！破壊を抑える作用があります。

☆週替わり☆	7/17(火)～7/20(金)	7/23(月)～7/27(金)	7/30(月)～8/3(金)
リクエストメニュー 510円 税込550円	皆さんお気に入りメニューのリクエストお待ちしております！	お客様のご要望から復活！ 牛すじ煮込みカレー	
510円 税込550円 ライス付	暑い日にはさっぱり 豚しゃぶとろろ わさびの風味がいい！	人気ランチメニュー 塩こうじからあげ	意外な組み合わせが合う 豚生姜焼き タルタルソース添え
丼463円 税込500円 大盛+50円	夏野菜&海老の天ぷら 夏野菜の天井	人気丼メニュー 焼肉丼	濃厚ソースカツ丼 ソースチキン かつ丼
魚510円 税込550円 ライス付	一日分のEPA・DHAが摂れる サバ味噌煮 ご飯との相性もバツグン	西京味噌が決め手 銀鮭の西京焼き	暑い日にはさっぱり黒酢あん サバ竜田揚げ 黒酢あんかけ
冷し麺463円 税込500円 ふりかけおにぎり付+70円	夏の定番山菜そば 山菜そば ちくわ天入り 胡麻の風味香るピリ辛麺 冷し担担麺	青じそ香るスープが美味しい 豚しゃぶ サラダうどん さっぱり鶏塩味 鶏塩レモン ラーメン	ねばねば スタミナそば とろろ&おくら&めかぶ 夏はやっぱり 冷し中華 特製スープが美味しい
カレー463円 税込500円 大盛+50円	福島県会津若松のソウルフード カレー焼きそば	ひき肉とビーンズの ピリ辛カレー キーマカレー	

ライス大盛+50円 ルー大盛+100円 カンカレー+150円

SPメニュー 556円 税込600円 大盛+50円	NYで人気の舞台めし チキンオー バーライス	北海道産のソウルフード スパカツ ミートソースととんかつが◎	タイ料理といえばコレ！ ガパオライス パクチー入り
---	--------------------------------------	---	--

白ごはん (税込500円) (白ごはん普通盛り) (+穀米半ライス)	白ごはん普通盛り +穀米半ライス +穀米普通盛り +穀米大盛り	40.3kcal 554kcal + 50円 204kcal 408kcal + 50円 561kcal +100円
--	--	--

31	火	【あなどるな！鯖の力！】 鯖のネギ味噌焼き/しゅうまい/ブロッコリー/チンゲン菜の炒め物/ツナとネギのぬた/切干大根の炒め物/インゲンのおかか和え	エ:436 た:26.5 塩:3.6	鯖はセレン、ビタミンB12の含有量が全食品中トップクラス！優秀な魚です。
----	---	---	---	---