



# 令和4年9月前半メニュー

お弁当の万年屋 TEL029-267-5104 FAX029-267-5916



◎当日のご注文は、AM10:00までをお願いいたします。  
※茨城県産米を使用しています。  
※仕入れの都合上、内容が変更になる場合がございます。

万年屋公式LINEです。新商品やお得情報などお届けいたします。  
←QRコードから登録よろしくお願いたします。



日付	曜日	日替り 463円 (税込 500円)	パワーアップ弁当 500円+100円	ヘルシーメニュー 463円 (税込 500円) 【水曜日の( )内は代表的な薬膳食材】詳しくはお弁当の一口メモに!	栄養価	週替りメニュー	
29	月	残暑吹き飛ぶ四川風ピリ辛麻婆炒め & イカ野菜カツ	甘酢からあげ	【余分な脂を落としてヘルシー】 豚しゃぶ/五目煮/おひたし/きゅうりとわかめの酢の物/ほか2品	エ:291 た:20.1 塩:2.1 糖質 22.3g	8/29 (月) ~ 9/2 (金)	肉 550円税込 豚肩ロースの生姜焼き定食 卵たっぷりタルタル付 ライス付
30	火	ポリューム満点の厚切りハムカツ & ホッケ塩焼き	手作りエビフライ	【みんな大好きハンバーグ】 照り焼きハンバーグ/がんもの煮物/里芋の味噌チーズ焼き/ほうれん草の和風サラダ/ほか2品	エ:245 た:13.1 塩:2.5 糖質 19.4g		魚 550円税込 香味ネギダレが食欲そそる! ユーリンチー風サバ竜田揚げ ライス付
31	水	人気のサーモンフライタルタルソース & 牛肉とジャガイモのチゲ炒め	春巻き	薬膳メニュー【マーマレードの香りがふんわり】 鶏肉のマーマレード焼き(塩麹)/昆布と切干のさっぱり和え(白きくらげ)/かぼちゃのいとこに(あずき・麹甘酒)/ごぼうと枝豆の胡麻マヨサラダ(ごま・ココの実)/ブロッコリー塩麹炒め(きくらげ)/しし唐つけ焼き(ハト麦)	エ:318 た:16.5 塩:1.7 糖質 25.9g		丼 550円税込 鶏の梅てりやきをカリカリ梅入り酢飯にのせた NEW 梅とりめし (大盛+50円) レンジOK
1	木	北海道産男爵コロケ & 赤魚塩焼き	手作り海老天	【具だくさんの中華煮です】 中華煮/小松菜卵とじ/和風サラダ/もやしの海苔和え/ほか2品	エ:272 た:16.8 塩:2.4 糖質 24.4g		SPメニュー 600円税込 タコスの具材をご飯にのせた沖縄料理! おすすり タコライス (大盛+50円) レンジOK
2	金	とろとろ卵のカツ煮弁当	メカジキ竜田甘酢あん	【よだれをたらさないよう注意】 よだれ鶏/餃子/キャベツサラダ/ほうれん草のお浸し/ほか2品	エ:242 た:20.3 塩:2.2 糖質 16.8g		うどん 550円税込 麺が美味しい讃岐(さぬき)うどんシリーズ ぶっかけ肉うどん 半ライスふりかけご飯+120円
5	月	キャベツメンチカツ & プルコギ	からあげ	【美味しくないわけがない鶏のてりやき】 鶏のてりやき/いんげん胡麻和え/コールスローサラダ/大根おおか煮/ほか2品	エ:247 た:20.1 塩:2.6 糖質 20.1g	肉 550円税込 花椒と唐辛子の痺れる辛さは中国四川発祥の麻辣味 NEW 鶏竜田のネギ麻辣(マラー) ライス付	
6	火	チキンチーズカツ & サバ照焼	自家製チャーシュー	【自家製塩麹でよりおいしくなりました】 ホッケ塩麹焼き/海苔塩ポテト/キャベツなすさっぱりサラダ/三色おひたし/ほか2品	エ:164 た:15.6 塩:1.6 糖質 14.2g	魚 600円税込 人気! 人気ナンバー1魚メニュー 銀鮭の西京焼き ライス付	
7	水	ヒレカツ & 鶏肉のガリバタペッパー炒め	イカフライ	薬膳メニュー【トマトが入ってさっぱりホイコーロー】 トマトホイコーロー(きくらげ)/白きくらげのナムル(白きくらげ・ゴマ)/かぼちゃの煮物(シナモン)/ごぼうサラダ(ココの実)/ピーマンキノコソテー(松の実)/ゴマ団子(ゴマ・あずき)	エ:325 た:14.3 塩:2.6 糖質 34.1g	丼 550円税込 みんな大好きカレー味に仕上げました! スパイシーカレー豚丼 (大盛+50円) レンジOK	
8	木	ご飯もりもり豚バラ白菜炒め & エビカツ	手作り塩こうじハンバーグ	【ハーブの王様バジル風味で焼き上げました】 鶏のバジルパン粉焼き/海藻サラダ/ポパイコーンソテー/大根サラダ/ほか2品	エ:295 た:17.3 塩:1.5 糖質 16.7g	SPメニュー 600円税込 人気! 愛媛県今治の絶品 B 級グルメ! 焼豚玉子めし (大盛+50円) レンジOK	
9	金	ハンバーグデミグラスソース	ミニ焼鮭	【ご飯が進むチンジャオロース】 チンジャオロース/れんこんカレーいため/中華サラダ/大根そぼろ煮/ほか2品	エ:315 た:15.1 塩:2.6 糖質 25.9g	うどん 550円税込 麺が美味しい讃岐(さぬき)うどんシリーズ! 磯香るかき揚げ海苔うどん	
						冷し麺 550円税込 ゆず香る鶏だしの効いたラーメン! ゆず塩味の冷し鶏ラーメン	うどん 550円税込 麺が美味しい讃岐(さぬき)うどんシリーズ! 磯香るかき揚げ海苔うどん

## 数量限定メニュー

8月29日(月)	8月30日(火)	8月31日(水)	9月1日(木)	9月2日(金)	9月5日(月)	9月6日(火)	9月7日(水)	9月8日(木)	9月9日(金)
750円 大人気! 特製甘辛だれのチキン 黒胡椒がけ ライス付	特別価格1000円 うなぎ&牛肉で スタミナつけて! うなぎ 大盛+50円	650円 電子レンジ で温め可 金沢のソウルフード 炎鵬関の好物 洋風カツライス 大盛+50円	750円 韓国の辛味ダレ 至高の ヤンニョム チキンライス付	650円 電子レンジ で温め可 薬膳カレー 十穀米付き ココの実、カルダモン、 クミン、コリアンダーなど	750円 さっぱり酢飯に 大洗産釜揚げしらす &花椒と唐辛子の シビ辛マラーのせ マラー しらす丼 大盛+50円	750円 おすすり 梅としその香りが 食欲増進! 梅しそ とんかつ ライス付	750円 悪魔的にうまい! レストランの味 炭火焼きチキン ディアボラソース ライス付	特別価格800円 おすすり 県産食材たっぷり つくば鶏そぼろ 土浦レンコンなど 茨城ガパオ 大盛+50円	650円 電子レンジ で温め可 ふわとろ卵 & スパイシーカレー & ガーリックライス オムカレー 大盛+100円

550円

8/29~9/2

鶏の梅てりやき & カリカリ梅入り酢飯  
梅とりめし 大盛+50円  
600円

550円

9/5~9/9

花椒と唐辛子の痺れる辛さは中国四川発祥の麻辣味  
鶏竜田のネギ麻辣  
ライス付  
愛媛今治の B 級グルメ  
焼豚玉子めし  
大盛+50円  
9/5~9/9

おにぎり各種(梅・鮭)・・・税込 150円

海苔段々(のりだんだん)650円税込ごはん大盛+100円  
皇室ご献上の浜「東松島市矢本」海苔黒澤醤油店「番蔵」使用。  
海苔の下には明太子、枕崎の花かつお節! 唐揚げ入り。  
のり弁プラスおかずイカフライまたは白身フライ750円税込焼き鮭870円税込  
かねふく明太子 使用!

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 554kcal +50円
	十穀米半ライス 214kcal
	十穀米普通盛 428kcal +50円
	十穀米大盛 556kcal +100円