

◎当日のご注文の締め切りは、AM9～10時でお届け先により異なりますので、お問い合わせください。
 ※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。

4月よりご飯の容器が新品になりました！
 白ごはん（普通盛・大盛） → 金色の万年屋マークが入った飯器
 白ごはん（半ライス） → 赤色の蓋
 十穀米（半ライス・普通盛） → 背の低い飯器（黒無地）



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コマに！	栄養価	週替りメニュー	
24	月	アジフライ&鶏肉とチンゲン菜のスタミナ炒め	イカフライ	【カレーのスパイス効いてます】 タラのスパイス・スパイス・オニオン/キャベツの肉みそ炒め/ひじき煮/カリフラワーのマリネ/ほか2品	エ:217 た:16.7 塩:1.7 糖質 13.0g	4/24 (月) 2 4/28 (金) 1 SPメニュー 680円税込 冷し麺 550円税込	
25	火	チキンロールフライ & 豚肉と白菜の旨煮	メカジキ竜田甘酢あん	【オイスターのうまみがGOOD!】 鶏肉のオイスター炒め/チンゲン菜とツナの和え物/マカロニサラダ/小松菜としめじの煮浸し/ほか2品	エ:303 た:15.6 塩:2.1 糖質 16.9g		からあげメニュー 600円税込 からあげ定食(日替り) ライス付 【月】ユーリンチー 【火】中華(ちゅうか) からあげ 【水】甘酢野菜からあげ【木】鶏からんにんにく 【金】中津(なかつ)からあげ
26	水	人気のチーズインハンバーグ & 白身フライ	春巻き	薬膳メニュー【ピリ辛マーボー召し上げれ】 マーボー春雨(花椒)/かぼちゃサラダ(くるみ)/ブロッコリーのあまに和え(あまに)/ごぼうの味噌煮(醤油麹)/白きくらげのナムル(白きくらげ・ゴマ)/ゴマ団子(ゴマ・あずき)	エ:377 た:13.5 塩:2.1 糖質 33.3g		魚 600円税込 桜チップで自家製スモークスモークサーモン ライス付
27	木	鶏の山賊焼き & かぼちゃコロケ	ミニ焼鮭	【ココのあるリッチなおいしさ】 ハッシュドポーク/豆腐の肉みそかけ/小松菜のゴマネーズ和え/春雨サラダ/ほか2品	エ:286 た:18.8 塩:2.1 糖質 16.0g		井 550円税込 ピリ辛台湾ミンチがおいしい台湾まぜめし(大盛+50円) レンジOK
28	金	幕の内とんかつ & サバ照焼	手作りエビフライ	【ほっこりする味わいです】 鶏ごぼう/和風サラダ/大根のそぼろ煮/しゅうまい/ほか2品	エ:326 た:12.6 塩:2.2 糖質 28.4g	SPメニュー 680円税込 冷し麺 550円税込 大人気! ニューヨークで人気の屋台めしチキンオーバーライス(大盛+100円) レンジOK NEW ゴマの風味香るピリ辛担々麺 汁なし担々麺 半ライスふりかけ ご飯+120円	
1	月	イカフライ & ピリ辛キーマカレー風炒め	メカジキ竜田甘酢あん	【ご飯が進む回鍋肉】 回鍋肉/ごぼうと枝豆のサラダ/いんげん金平/もやしの磯和え/ほか2品	エ:359 た:17.2 塩:2.0 糖質 20.7g	5/1 (月) 2 5/2 (火) 1	
2	火	かにクリームコロケ & 豚すき	自家製チャーシュー	【給食でも大人気! 鶏の照り焼きです】 鶏の照り焼き/五目煮/キャベツとわかめのツナサラダ/里芋の煮転がし/ほか2品	エ:242 た:16.1 塩:2.0 糖質 17.4g	肉 600円税込 定番からあげ定食 ライス付 魚 600円税込 スモークサーモン ライス付 井 550円税込 台湾まぜめし(大盛+50円) レンジOK	
8	月	チーズメンチカツ & サワラの照焼	からあげ	【シャキシャキ野菜のチンジャオロース】 チンジャオロース/にんじんしりしり/パンパンシー/厚焼玉子/ほか2品	エ:333 た:18.2 塩:2.5 糖質 14.4g	5/8 (月) 2 5/12 (金) 1	
9	火	豚串カツ & 四川風麻婆豆腐	手作り海老天	【南蛮酢で美味しく仕上げました】 あじの南蛮漬け/ブロッコリーのペペロンチーノ/ほうれん草とツナの和え物/キャベツ梅おかか和え/ほか2品	エ:222 た:16.8 塩:1.9 糖質 25.5g		ポークメニュー 600円税込 ポーク定食(日替り) ライス付 【月】豚バラ肉の生姜焼き【火】豚ニラ炒め 【水】ネギ味噌生姜焼き【木】豚肉の韓国焼き 【金】豚肩ロースの生姜焼き
10	水	しょっぱい焼き鮭 & 男爵コロケ	手作り塩こうじハンバーグ	薬膳メニュー【麴の効果でふっくら柔らか】 鶏むねと大葉の塩麹焼き(塩麹)/キャベツの肉みそ炒め(ココの実)/切り干し大根の煮物(金針菜)/海藻サラダ(サンザシ)/小松菜としめじのナムル(ゴマ・あまに)/セロリのしょうゆ漬け(唐辛子)	エ:234 た:23.0 塩:1.9 糖質 17.5g		魚 600円税込 イギリス式のふわふわタラからあげタラのからあげ ライス付
11	木	チキンソテーマトソース & たまごサラダフライ	甘酢からあげ	【みんな大好きハンバーグ】 和風おろしハンバーグ/コンソメパスタ/竹輪とピーマンの金平/ツナごぼうサラダ/ほか2品	エ:285 た:12.3 塩:2.3 糖質 23.4g		井 550円税込 大分名物とり天 とり天井(大盛+50円) レンジOK SPメニュー 680円税込 大人気! 人気の台湾グルメを再現! ルーローハン(大盛+50円) レンジOK
12	金	とろとろ卵のカツ煮弁当	自家製チャーシュー	【石川県の郷土料理です】 鶏の治部煮/れんこんの甘辛炒め/大根マヨサラダ/ほうれん草の辛し和え/ほか2品	エ:238 た:17.1 塩:1.9 糖質 17.2g	冷し麺 550円税込 さっぱりとろろが人気 冷やしとろろそば 半ライスふりかけ ご飯+120円	

数量限定メニュー

4月24日(月)	4月25日(火)	4月26日(水)	4月27日(木)	4月28日(金)	5月8日(月)	5月9日(火)	5月10日(水)	5月11日(木)	5月12日(金)
700円 おすすみ 佐賀のご当地グルメ シシリアンライス 牛肉の甘辛炒め & サラダ & マヨネーズを酢飯にのせました! 大盛+100円	800円 さっぱりゆずが香る ゆず味噌 ロールとんかつ ライス付	800円 大人気! 特製甘辛だれのチキン竜田 黒胡椒がけ ライス付	800円 悪魔的にうまい! ディアボラ風 (イタリア語で悪魔) ワタルの手作り ハンバーグ (200g)ライス付	700円 電子レンジ OK 世界一美味しいと言われるタイカレー マッサマン カレー ライス付	700円 電子レンジ OK 自家製甘酒入り やわらか 牛すじ肉の オムハヤシ 大盛+100円	800円 大人気! 「至高」シリーズ いつもよりサイズUP ネギたっぷりソース 至高の 油淋鶏 ライス付	800円 おすすみ 梅としその香りが 食欲増進! 梅しそ とんかつ ライス付	800円 香ばしく仕上げた 炭火で焼いた でっかいやきとり ライス付	700円 電子レンジ OK 薬膳カレー 十穀米付き 体に良い食材 たっぷり!

おにぎり各種(梅・鮭)・・・税込 150円

4月24日究極ののり弁新発売!
 「金の宝探し海苔弁!」
 1,000円税込
 ・東松島 相澤太の海苔使用
 ・黒沢醤油(ひたちなか)の醬蔵
 ・銀鮭の自家製塩こうじ焼き
 ・チキン南蛮
 ・一本ちくわの磯部揚げ
 ・かねふくの明太子
 ・お楽しみ
 ※ご予約も承ります!