

12月 令和5年12月前半メニュー

December

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



◎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。

お弁当1個のお届けの場合、配送料として50円いただいています。
燃料費高騰の為、何卒ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。
ランチ仲間を増やしてください！！
お弁当2個以下のご注文は、使い捨てお弁当箱でのお届けとなります。

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
4	月	やわらかイカフライ &豚肉とブロッコリーのカレー炒め	手作りエビフライ	【人気メニューのすき焼風煮です！】 すき焼風煮/じゃが芋のそぼろ煮/和風コールスローサラダ/小松菜のツナ和え/ほか2品	エ:288 た:13.4 塩:2.4 糖質 26.9g	肉 600円税込 人気メニュー！自家製タルタル付き 宮崎チキン南蛮定食ライス付
5	火	チキンチーズロールフライ &マーボー春雨	メカジキ竜田甘酢あん	【ご飯にあう鶏の照り焼きです】 鶏の照り焼き/チンゲン菜と卵の炒め物/ひじきとコーンの和え物/ほうれん草のおかか和え/ほか2品	エ:251 た:14.0 塩:2.2 糖質 25.8g	魚 600円税込 人気ナンバー1魚メニュー 銀鮭の西京焼きライス付
6	水	グラタンコロッケ &豚肉と白菜のキムチ炒め	ミニ焼酎	薬膳メニュー【体に優しいメニューです】 鶏肉の辛みそ炒め(塩麴)/豆腐の田菜(みそ)/かぼちゃのいとこ煮(かぼちゃ)/カリフラワーのマリネ(桂花)/大根きんぴら(唐辛子)/セロリの醤油漬(セロリ)	エ:280 た:13.9 塩:2.0 糖質 27.6g	井 600円税込 NEW キムチがアクセントになって美味しい！ 焼肉井キムチのせ (大盛+50円) レンジOK
7	木	アジフライ &チンジャオロース	からあげ	【シンプルで体に優しいメニューです】 デミハンバーグ/コンソメパスタ/小松菜ときのこのお浸し/キャベツのピーナッツ和え/ほか2品	エ:267 た:11.4 塩:3.4 糖質 28.8g	SPメニュー 680円税込 ピリ辛味が病みつきに！たっぷりもやしの汁なし麺 皿たいわん (大盛+100円) レンジOK
8	金	人気のヒレカツ &鶏肉とアスパラオイスター炒め	自家製チャーシュー	【サクッと美味しい竜田揚げ！】 鱈の竜田揚げ/ピーマンひき肉炒め/白菜のおかか煮/ちくわともやしの和え物/ほか2品	エ:292 た:18.5 塩:2.1 糖質 16.0g	鍋(麺) 700円税込 固形燃料2個付で熱々がすぐ食べられます！ ピリ辛味で温まる！ 韓国チゲうどん 半ライスふりかけご飯+120円
11	月	サーモンフライ &牛肉とジャガイモのチゲ炒め	手作り海老天	【栄養たっぷりきのこ海老の中華炒めです】 きのこ海老の中華炒め/高野豆腐卵とじ/彩りお浸し/ポテトサラダ/ほか2品	エ:282 た:12.9 塩:3.1 糖質 24.1g	肉 600円税込 黒酢が効いていて柔らかくジューシー 黒酢酢豚定食ライス付
12	火	とんかつ &サワラの七味焼き	手作り塩こうじハンバーグ	【体が温まる豚の生姜焼きです】 豚のしょうが焼き/かぼちゃ煮/ツナとマカロニのサラダ/ほうれん草ときのこの和え物/ほか2品	エ:360 た:19.7 塩:2.4 糖質 34.9g	魚 600円税込 1日分のDHA・EPAが摂れる サバ味噌煮定食ライス付
13	水	メンチカツ &ガリパタチキン炒め	春巻き	薬膳メニュー【卵がふわふわで美味しい親子煮！】 親子煮(クコの実)/厚揚げのおろし煮(ねぎ)/金平ごぼう(一味唐辛子)/ネギのマリネ(クミン)/きゅうりとわかめの酢の物(わかめ)/らっきょう漬(らっきょう)	エ:312 た:14.6 塩:2.8 糖質 29.6g	井 600円税込 台湾まぜめし 目玉のせ (大盛+50円) レンジOK
14	木	カレーコロッケ &赤魚の塩焼き	イカフライ	【今が旬！ぶりの照り焼きです】 ぶりの照り焼き/いんげんと玉ねぎのソテー/れんこんの甘辛炒め/青梗菜の中華サラダ/ほか2品	エ:274 た:15.8 塩:2.2 糖質 22.5g	SPメニュー 680円税込 でっかい台湾鶏唐揚げがボリューム満点！ ダージーパイめし (大盛+50円)
15	金	ミックスフライ エビフライ&自身フライ&お楽しみフライ	甘酢からあげ	【韓国で人気のタッカルビ！】 タッカルビ/しゅうまい/ポパイとコーンのバターソテー/ひじきと切り干し大根のさっぱり和え/ほか2品	エ:286 た: 塩: 糖質 29.6g	鍋(麺) 700円税込 固形燃料2個付で熱々がすぐ食べられます！ 岩手県花巻のご当地ラーメン 満州にらラーメン 半ライスふりかけご飯+120円

書式変更: 中央揃え, インデント: 最初の行: 0 字

書式変更: インデント: 最初の行: 5.5 字

書式変更: インデント: 最初の行: 4.5 字, 行間: 固定値 18 pt

数量限定メニュー

600円 12/4~12/8
キムチがアクセントに！岩手県花巻のご当地ラーメン
焼肉井キムチのせ 大盛+50円

700円 12/11~12/14
満州にらラーメン
ふりかけ半ライス+120円

680円 12/11~12/15
でっかい台湾鶏唐揚げ
ダージーパイめし 大盛+50円

数量限定メニュー		水曜は鍋の日					水曜は鍋の日			
4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	
800円 電子レンジ可 火山の火口に 今度は酢豚！ 黒酢酢豚 火山チャーハン 大盛+100円	800円 電子レンジ OK なんきんはん 南京飯 揚げチャーシューを ふわたろ玉子 でとじた オリジナルメニュー ライス大盛+50円	800円 じっくり煮込んだ 牛すじが絶品！ 牛すじ チゲカツパ ライス大盛+50円 固形燃料2個付	700円 電子レンジ可 人気メニュー！ ワタルシェフ の手作り かつ丼 大盛+50円	700円 電子レンジ可 レストランのビーフ カレーを再現 ビーフカレー ココと旨み 感じる特製カレー ライス大盛+50円 ルー大盛+100円	800円 人気！ ハワイの名物料理 ガーリック シュリンプ プレート ライス付	800円 「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 ゆーりんちー ライス大盛+50円	800円 甘辛味で温まる！ 花椒が効いた マーボー鍋 ライス大盛+50円 固形燃料2個付	800円 手作り ハンバーグ (200g) ジャリアピン ソース 玉ねぎの甘みと 赤ワインのコク ライス大盛+50円	700円 電子レンジ OK 薬膳カレー 十穀米付き クコの実、カルダモ ン、クミン、コリアン ダーなど梅雨を乗り 切る体に良い食材 たっぷり！	
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	+ 穀米半ライス 214kcal + 穀米普通盛 428kcal + 50円 + 穀米大盛 556kcal + 100円			シン・海苔段々 700円(税込)	イカフライ・自身フライのせ 各+100円 焼き鮭のせ+200円	おにぎり各種(梅・鮭)・・・税込170円			