

◎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個お届けの場合、手数料として50円いただいています。
何卒ご理解のほどよろしくお願いいたします。
ランチ仲間を増やしてください！！

日付	曜日	日替り510円(税込550円)	パワーアップ弁当 550円+100円	ヘルシーメニュー510円(税込550円) 【水曜日の()内は代表的な薬膳食材】	栄養価	週替りメニュー
7	水	大人気のヒレカツ& 栄養たっぷり肉野菜炒め	ミニ チキン南蛮	【香味だれで竜田がさっぱり食べられます】 鶏もも竜田香味だれ(醤油麹)/ブロッコリーのペペロンチーノ(とうがらし)/ごぼうの味噌煮(クコの実)/三色お浸し(クミン)	エ:265 た:13.1 塩:1.8 糖質 15.5g	肉 650円税込 ご飯との相性バツゲン！ 豚バラ肉の生姜焼き定食ライス付
8	木	チキンカツ&焼き魚	手作り エビフライ	【お酢の力でさっぱり美味しい！】 豚肉となすのさっぱり炒め/切昆布の煮物/れんこんの甘辛炒め/小松菜のごまネーズ和え	エ:265 た:13.1 塩:1.8 糖質 15.5g	魚 650円税込 1日分のEPA・DHAが摂れる サバ味噌煮定食ライス付
9	金	特別メニュー 味噌カツ丼	自家製 チャーシュー	【味噌が決め手！美味しい西京焼きです】 鮭の西京焼き/小松菜と春雨のソテー/じゃがいもの土佐煮/ひじきとコーンの和え物	エ:266 た:15.2 塩:2.0 糖質 23.9g	丼 650円税込 NEW たっぷりタルタル とり天タルタル丼ライス大盛+50円
12	月	イカフライ&鶏肉と白菜 のオイスター炒め	手作り塩こうじ ハンバーグ	【さっぱり鶏の梅焼きです】 鶏肉の梅焼き/高野豆腐玉子とじ/きのこことこんにやくの甘辛煮/ほうれん草のピーナッツ和え	エ:236 た:15.3 塩:2.3 糖質 8.0g	スパゲティ 550円税込 あさりと小松菜のスパゲティ (総量300g)(大盛+100円) レンジOK
13	火	エビカツ& ハッシュドポーク	自家製 ロースト ポーク	【和食の定番、あじの照り焼きです】 あじの照り焼き/じゃがいもの金平/白菜のおかか煮/ツナごぼうサラダ	エ:242 た:17.8 塩:2.5 糖質 18.8g	SP 750円税込 台湾料理といえばコレ！ ルーローハン(大盛+50円) レンジOK
14	水	チーズインメンチカツ &ホイコーロー	ミニ チキン南蛮	【ピリ辛みそ炒めです】 厚揚げと小松菜の豚みそ炒め(醤油麹)/にんじんラペ(クコの実)/ブロッコリーのあまに和え(あまに)/キャベツと海苔の和え物(松の実)	エ:293 た:13.7 塩:1.6 糖質 23.9g	魚 650円税込 NEW みんな大好き明太マヨ！ 明太マヨからあげライス付
15	木	豚串カツ& チキンのガリバタ炒め	春巻き	【カレー風味で食欲増進】 鶏肉と野菜のカレー炒め/豆腐の田楽/キャベツとコーンのお浸し/れんこんマヨ和え	エ:228 た:17.6 塩:1.7 糖質 14.8g	丼 650円税込 桜チップで自家製スモークした銀鮭を焼いた スモークサーモンライス付
16	金	サーモンフライ& 豚肉ザーサイ炒め	自家製 チャーシュー	【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/ほうれん草と卵のソテー/大根の塩昆布和え	エ:231 た:9.5 塩:2.4 糖質 17.8g	冷しうどん 600円税込 どっさり野菜がうれしい ゴマだれサラダうどん (ふりかけ半ライス付+120円)



5/7～5/9
とり天
タルタル丼
大盛+50円



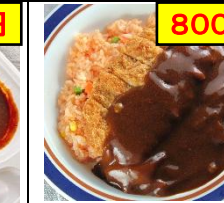
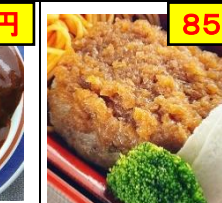
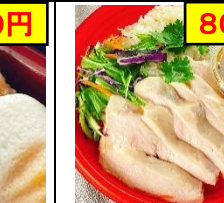
5/12～5/16
明太マヨ
からあげ
ライス付



5/12～5/16
チキンオーバー
ライス
大盛+100円

日替わり・ヘルシー弁当の
値上げにつきまして
いつも万年屋の弁当をお召し上がりいただき誠にありがとうございます。食材をはじめとした原材料や人件費の高騰により、5月7日(水)から日替わり・ヘルシー弁当を税込500円から550円に値上げすることにいたしました。
なにとぞ事情をご賢察のうえ、変わらぬご愛顧をいただければ幸いです。
お弁当の万年屋

数量限定メニュー

7日(水)	8日(木)	9日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)
 世界の料理シリーズ チキン ジャンバラヤ アメリカ・ルイジアナ の郷土料理 ライス大盛+100円	 いつもよりサイズUP ネギたっぷりソース ワタルの ゆーりんちー 油淋鶏 ライス大盛+50円	 自家製ロースト ポークをのせた スパイスカレー ライス大盛+50円 ルー大盛+100円	 北海道根室市の ご当地グルメ エスカロップ ケチャップライスに ポークカツ& デミソース 大盛+100円	 ワタルの手作り ハンバーグ シャリアピン ソース(200g) ライス大盛+50円	 タイ風チキンライス しっとりやわらか 鶏肉をエスニック風 のタレで食べる カオマンガイ パクチー付 ライス大盛+100円	 NEW ワタルの手作り 茨城レンコンの ミルフィーユカツ ライス大盛+50円	 さわやかな辛さで 人気のタイカレー グリーンカレー ライス大盛+50円 ルー大盛+100円

おにぎり各種(梅・鮭)・・・税込170円

463円(税込500円)
白ごはん半ライス 172kcal
白ごはん普通盛 343kcal
白ごはん大盛 468kcal +50円
+穀米半ライス 173kcal
+穀米普通盛 346kcal +50円
+穀米大盛 470kcal +100円

茨城県警察からのお知らせ

5月は『自転車月間』です。

自転車は“車両”の仲間です。
交通ルールを守って安全運転に
努めましょう。

