

10月 令和7年10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<br>550円+100円 | ヘルシーメニュー510円(税込550円)<br>【水曜日の()内は代表的な薬膳食材】                   | 栄養価                      |             | 週替りメニュー         |                                                                  |
|----|----|--------------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------|-----------------|------------------------------------------------------------------|
| 29 | 月  | なつかしい味の男爵コロッケ&<br>豚肉とキャベツの甘辛炒め | 自家製<br>チャーシュー         | 【スタミナ炒めで体力回復!】<br>豚肉のスタミナ味噌炒め/揚げ出し豆腐/ブロッコリーと油揚げの煮物/ほか1品      | エ:278<br>た:16.2<br>塩:2.6 | 糖質<br>13.1g | 肉<br>650円税込     | ハンバーグ&グリルチキン<br>和風おろしソースライス付                                     |
| 30 | 火  | ボリューム満点とんかつ&<br>鶏肉とレンコンのカレー炒め  | 自家製<br>ローストポーク        | 【おろしソースでさっぱりと】<br>チキンステーキ/ペンネのトマト煮/ポパイとコーンのバターソテー/ほか1品       | エ:260<br>た:14.6<br>塩:1.2 | 糖質<br>11.1g | 魚<br>650円税込     | イギリス式ふわふわタラ唐揚げ<br>タラのからあげライス付                                    |
| 1  | 水  | 豚串カツ&焼き魚                       | ミニ<br>チキン南蛮           | 【スパイシーに美味しく!】<br>豚肉のカレー炒め(塩麴)/大学芋(醤油麴)/きのここんにゃくの甘辛煮(桂花)/ほか1品 | エ:237<br>た:13.8<br>塩:1.5 | 糖質<br>17.8g | 丼<br>650円税込     | 人気の自家製チャーシュー<br>チャーマヨ丼大盛+50円                                     |
| 2  | 木  | 旨い! たこキャベツカツ&<br>ポークストロガノフ     | 手作り塩こうじ<br>ハンバーグ      | 【魚と野菜の旨味】<br>鯖の野菜あんかけ/キャベツの肉みそ炒め/ひじき煮/ほか1品                   | エ:235<br>た:17.6<br>塩:2.6 | 糖質<br>12.1g | SP<br>750円税込    | ご飯と一緒にイケる!<br>豚バラ焼肉大盛太麺<br>焼きそば(マヨネーズ付き)<br>(白ご飯付+200円)(大盛+100円) |
| 3  | 金  | FRIDAY SP 丼メニュー<br>ソースチキンかつ丼   | 手作り<br>エビフライ          | 【鶏と味噌の相性抜群】<br>鶏肉の味噌焼き/ほうれん草と春雨のソテー/ピーマンの金平/ほか1品             | エ:336<br>た:17.8<br>塩:2.9 | 糖質<br>19.0g | 肉<br>650円税込     | たっぷり自家製タルタル付<br>宮崎チキン南蛮定食ライス付                                    |
| 6  | 月  | 白身フライ&<br>人気のチンジャオロース          | 春巻き                   | 【トマトの酸味でさっぱり食べられます】<br>チキンソテートマト煮/バジルパスタ/ポパイとコーンのバターソテー/ほか1品 | エ:297<br>た:18.0<br>塩:1.4 | 糖質<br>15.2g | 魚<br>650円税込     | さくらチップで自家製スモークした銀鮭を焼いた<br>スモークサーモンライス付                           |
| 7  | 火  | フライドチキン&<br>豚肉とキャベツのバジル炒め      | 自家製<br>ローストポーク        | 【お魚苦手さんもお飯が進む】<br>鯖の竜田揚げ/じゃがいもの金平/揚げ出し豆腐/春雨サラダ/ほか1品          | エ:282<br>た:15.5<br>塩:2.6 | 糖質<br>15.9g | 丼<br>650円税込     | 濃厚ネギ塩ダレが美味しい<br>ネギ塩豚カルビ丼大盛+50円                                   |
| 8  | 水  | ハムサンドフライ&<br>豆腐ハンバーグ           | ミニ<br>チキン南蛮           | 【秋を感じられる一品】<br>豚肉と秋野菜の塩麴炒め(塩麴)/にら玉(あまに)/五目煮(松の実)/ほか1品        | エ:260<br>た:17.1<br>塩:2.1 | 糖質<br>15.6g | スパゲティ<br>600円税込 | あさりの旨みたっぷりの塩味スパゲティ<br>あさりと小松菜のスパゲティ<br>(総量300g)(ふりかけ半ライス付+120円)  |
| 9  | 木  | エビカツ&辛味で食欲UP<br>鶏肉とナスの麻婆炒め     | 自家製<br>チャーシュー         | 【パン粉焼きで揚げずにヘルシー】<br>鶏肉のパン粉焼き/具だくさんビーフン/れんこんの甘辛炒め/ほか1品        | エ:243<br>た:14.7<br>塩:2.1 | 糖質<br>18.8g | SP<br>750円税込    | 野菜たっぷり本格ビビンバ<br>韓国ビビンバ丼<br>(大盛+50円)                              |
| 10 | 金  | 金曜日はカレーの日<br>豚ひき肉と根菜の和風カレー     | イカフライ                 | 【あっさりでも美味しい】<br>豆腐と卵の中華チャンプルー/しゅうまい/いんげん金平/ほか1品              | エ:263<br>た:14.9<br>塩:2.2 | 糖質<br>14.2g |                 |                                                                  |

数量限定メニュー

※数量限定メニューは電子レンジで温め可能な容器でお届けしています。

| 29日(月)                                                                                                                            | 30日(火)                                                                                                                     | 1日(水)                                                                                                                                           | 2日(木)                                                                                                                                   | 3日(金)                                                                                                                                           | 6日(月)                                                                                                                                                       | 7日(火)                                                                                                                               | 8日(水)                                                                                                                                                             | 9日(木)                                                                                                                                                                | 10日(金)                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>お得な中華セット<br>酢豚<br>チャーハン<br>チャーハン<br>大盛+100円 | <br>さっぱり梅しそ<br>梅しそ<br>とんかつ<br>ライス大盛+50円 | <br>きざみ生わさび入りの<br>タルタルが美味しい<br>チキン南蛮<br>わさびタルタル<br>ライス大盛+50円 | <br>中華風豚角煮<br>お箸で切れる<br>ブロック<br>トンポーロー丼<br>ライス大盛+50円 | <br>横浜中華カレー<br>パーコーのせ<br>(豚からあげ)<br>ライス大盛+50円<br>ルー大盛+100円 | <br>北海道根室市のご当地グルメ<br>エスカロップ<br>ケチャップライスに<br>ポークカツ&<br>デミソース<br>大盛+100円 | <br>特製甘だれで<br>香ばしく焼き上げた<br>豚かば焼き重<br>ライス大盛+50円 | <br>薄くたたいた鶏肉を<br>揚げたオーストラリア料理<br>衣に粉チーズ!<br>シュニッツェル<br>自家製タルタル付<br>ライス大盛+50円 | <br>悪魔的にうまい!<br>ディアボラ風<br>(イタリア語で悪魔)<br>ワタルの手作り<br>ハンバーグ<br>(200g)<br>ライス大盛+50円 | <br>しびれる辛さが<br>たまらない<br>シン<br>マール<br>辛・麻辣カレー<br>ライス大盛+50円<br>ルー大盛+100円 |
| 510円<br>(税込550円)                                                                                                                  |                                                                                                                            | 白ごはん半ライス 172kcal<br>白ごはん普通盛 343kcal<br>白ごはん大盛 468kcal +50円                                                                                      |                                                                                                                                         | +穀米半ライス 173kcal<br>+穀米普通盛 346kcal +50円<br>+穀米大盛 470kcal +100円                                                                                   |                                                                                                                                                             | おにぎり各種(梅・鮭)・・・税込170円                                                                                                                |                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                             |

650円



9/29~10/3

ハンバーグ&  
グリルチキン  
和風おろしソース  
ライス大盛+50円

750円



9/29~10/3

豚バラ焼肉  
大盛太麺  
焼きそば  
(マヨネーズ付)  
ライス付+200円  
麺大盛+100円

750円



10/6~10/10

韓国ビビンバ丼  
ライス大盛+50円

スペシャル

S P のり弁幕の内

人気のおかずを詰め込んだ2段重  
皇室後献上東松島の海苔 使用  
ごはんサービス大盛240g  
海苔は食べやすい大きさにカット



- ・ローストポークわさびソース
- ・ミニチキン南蛮
- ・ちくわの磯部揚げ
- ・季節のナス煮びたし・人參ラペ
- ・春巻き
- ・煮玉子

スペシャル

S P のり弁幕の内1200円税込  
別料金 特盛1350円税込