



# 令和8年1月～2月メニュー

お弁当の万年屋 TEL029-267-5104

FAX029-267-5916

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、内容が変更になることがあります。



お弁当の万年屋 TEL029-267-5104

FAX029-267-5916

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ひいたします。

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	
		内容	料金			カロリー	糖質	カロリー	料金
26	月	人気のヒレカツ＆鶏肉とにんにくの芽黒胡椒炒め	春巻き	【甘辛い味でご飯が進みます】鶏肉の辛みそ炒め/おでん大根/キャベツとツナのサラダ/ほか2品	工:219 た:12.7 塩:2.1	糖質 13.5g	肉 650円税込	ピリ辛味で温まる！ 豚バラ肉の韓国風焼肉 ライス付	600円
27	火	カレーコロッケ＆オイスター＆ソースが決め手のチンジャオロース	自家製ローストポーク	【和食の優しい味】豚肉のしぐれ煮/キャベツの炒め物/わかめサラダ/ほか2品	工:236 た:12.6 塩:3.0	糖質 10.6g	魚 650円税込	イギリス式でふわふわタラ唐揚げ タラのからあげ ライス付	1/26～1/30
28	水	トロトロ玉子でみんな大好き カツ煮丼 ※レンジアップで美味しいアップ	手作りエビフライ	【塩麹でふっくら】アヒの塩麹焼き(塩麹)/キャベツと厚揚げの中華炒め(金針葉)/五目煮(桂花)/ほか2品	工:286 た:18.7 塩:2.9	糖質 18.5g	丼 650円税込	ピリ辛台湾ミンチが美味しい 台湾まぜめし大盛+50円	レンジOK ベーコンとキャベツの 豆乳スープスパ (総量 300g) (大盛+100円)
29	木	イカフライ＆豆腐ハンバーグ	自家製チャーシュー	【豆板醤がアクセント】ビビンバ風炒め/じゃがいもの煮物/チングン菜の味噌和え/ほか2品	工:220 た:13.9 塩:2.0	糖質 13.9g	スパゲティ 600円税込	ベーコンとキャベツの 豆乳スープスパ (総量 300g) (大盛+100円)	「温かいパスタが欲しい」とのリクエストに応えて 新登場！
30	金	白身フライ＆鶏肉の生姜炒め	手作り塩こうじハンバーグ	【ニンニクが効いてます】鶏のガリバタ炒め/ほうれん草と玉ねぎのソテー/切り干し大根の煮物/ほか2品	工:241 た:19.0 塩:2.7	糖質 20.8g	SP 750円税込	具だくさん中華あんをたっぷりかけた 中華あんかけ焼きそば (大盛+100円)	スープを開けて 蓋をすらしてレンジアップ 500W 4分 600W 3分20秒
2	月	とろ～りホタテクリームフライ＆ピリ辛豚チゲ炒め	自家製ローストポーク	【豚みそと厚揚げの旨味】厚揚げと小松菜の豚みそ炒め/金平ごぼう/白菜のおかか煮/ほか2品	工:243 た:13.3 塩:2.4	糖質 15.8g	肉 650円税込	万年屋オリジナル中華マヨ 中華からあげ ライス付	600円
3	火	たこカツ＆ご飯がススムホイコーロー	手作りエビフライ	【給食でも人気な鶏の照り焼き】鶏の照り焼き/ブロックリーとコーンのソテー/コソメパスタ/ほか2品	工:298 た:14.8 塩:2.1	糖質 16.4g	魚 650円税込	自家製塩こうじでサバの旨み引き出す サバの自家製塩こうじ焼き ライス付	2/2～2/6
4	水	ボリューム満点豚串カツ＆鶏肉のピリ辛カレー炒め	ミニチキン南蛮	【生姜がアクセント】鰯の生姜煮(生姜)/小松菜と油揚げの煮浸し(醤油麹)/塩麹大根サラダ(塩麹)/ほか2品	工:247 た:16.9 塩:2.0	糖質 13.2g	丼 650円税込	自家製チャーシュー＆マヨで人気 チャーマヨ丼 大盛+50円	アサリのミルク スープスパ (総量 300g) (大盛+100円)
5	木	チーズメンチカツ＆焼き魚	自家製チャーシュー	【豚×ニラ×卵の組み合わせ最強】豚玉ニラ炒め/ひじき煮/キャベツとコーンのお浸し/ほか2品	工:277 た:14.9 塩:2.4	糖質 12.5g	スパゲティ 600円税込	アサリの旨みたっぷり アサリのミルクスープスパ (総量 300g) (大盛+100円)	スープを開けて 蓋をすらしてレンジアップ 500W 4分 600W 3分20秒
6	金	金曜日はカレーの日 大人気！ササミカツカレー	イカフライ	【さつまいもがホクホクでおいしい】鶏とさつまいものコク旨炒め/ごぼうの味噌煮/いんげんの胡麻和え/ほか2品	工:280 た:12.7 塩:1.9	糖質 26.1g	SP 750円税込	特製デミグラスソースの オムライス (大盛+100円)	

## 数量限定メニュー

26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)
850円 ワタルの自家製塩こうじチャーシュー和風タルタル付 ライス大盛+50円	850円 チーズと海苔の香りが美味しい海苔チーズ重ねカツ ライス大盛+50円	850円 特製甘辛だれチキン竜田黒胡椒がけ ライス大盛+50円	850円 中華風豚角煮お箸で切れるブロックチキン ライス大盛+50円	800円 しごれる辛さがたまらない辛・麻辣カレー ライス大盛+50円	800円 金沢のソウルフード洋風カツライス ライス大盛+50円	850円 いつもよりサイズUPネギたっぷりソースワタルのレンコン入りハンバーグトマトガーリックソース&トマトパスタ付き ライス大盛+50円	850円 薄くたたいた鶏肉を揚げたオーストリア料理衣に粉チーズのエビのピスクカレー ライス大盛+100円	850円 オマール海老の殻をふんだんに使った本格ピスクカレー ライス大盛+100円	
510円 (税込550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	白ごはん半ライス 173kcal 白ごはん普通盛 346kcal 白ごはん大盛 470kcal	十穀米半ライス 172kcal 十穀米普通盛 343kcal 十穀米大盛 468kcal	173kcal +50円 +100円	おにぎり各種(梅・鮭)…税込170円				

