



令和6年8月後半メニュー

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。

8月13日～16日はお盆休みとなります。

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！！

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	
19	月	スパイシーなカレーコロッケ	春巻き	【鶏とトマトクリームがベストマッチ】 鶏肉のトマトクリーム煮/にんじんしりしり/小松菜の胡麻和え/キャベツ梅おかか和え/ほか2品	エ:256 た:12.5 塩:2.3	糖質 14.8g	肉 630円税込 NEW 豚バラ竜田をさっぱり南蛮漬けに！ 豚バラ肉の香味南蛮漬け定食 ライス付
20	火	甘辛味が食欲そそるホイコーロー & サワラの七味焼き	メカジキ竜田甘酢あん	【美味しお DAY】 ビビンバ風炒め/さつまいものレモン煮/チンゲン菜の塩炒め/もやしの辛し和え/ほか2品	エ:283 た:12.3 塩:1.4	糖質 20.0g	魚 600円税込 サバの自家製塩こうじ焼き 大根おろし付き ライス付
21	水	人気のアジフライ	ミニ焼鮭	薬膳メニュー【スタミナメニューを薬膳で！】 スタミナポーク(ごま)/里芋の青のり和え(あおのり)/厚揚げとしめじの甘辛炒め(醤油麹)/海藻サラダ(わかめ)/カリフラワーのカレ-マヨ和え(カリフラワー)/大根のピクルス(桂花)	エ:342 た:17.9 塩:2.5	糖質 19.4g	井 600円税込 NEW タルタルチキンかつ井 レンジOK にんにく醤油味(大盛+50円)
22	木	とろ～りチーズインメンチカツ	自家製チャーシュー	【和風ソースが合うんです！】 鶏の竜田揚げ和風ソース/コンソメパスタ/厚揚げとえのきの味噌煮/ツナと大根のサラダ/ほか2品	エ:306 た:20.0 塩:2.6	糖質 21.6g	SP 700円税込 ニューヨークで人気の屋台めし レンジOK チキンオーバーライス(大盛+100円)
23	金	NEW 特別価格550円 暑い日はこんなお弁当もあり！ おにぎり2個(鮭&ワカメ) &一おうどん	イカフライ	【北海道名物！鮭のちゃんちゃん焼き】 鮭のちゃんちゃん焼き/ひじき煮/南瓜のグラッセ/春雨サラダ/ほか2品	エ:276 た:14.4 塩:1.9	糖質 22.8g	冷し麺 600円税込 暑い日にはさっぱり塩レモン！ 塩レモンラーメン (ふりかけ半ライス+120円)
26	月	大人気の豚ヒレカツ	手作りエビフライ	【お酢の力で疲れをとろう！】 酢豚/ゴマ団子/切干大根サラダ/ビーンズサラダ/ほか2品	エ:363 た:14.7 塩:2.1	糖質 31.2g	肉 630円税込 大人気！ みんな大好き！人気メニュー 宮崎チキン南蛮定食 ライス付
27	火	タンドリーチキン&イカカツ	手作り塩こうじハンバーグ	【具だくさんの中華煮です】 中華煮/揚げ出し豆腐/じゃがいものそぼろ煮/ほうれん草と油揚げのお浸し/ほか2品	エ:296 た:17.8 塩:3.0	糖質 15.6g	魚 630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
28	水	やわらかチキンカツ	からあげ	薬膳メニュー【人気の中華メニューです！】 チンジャオロース(醤油麹)/チヂミ(ごま)/小松菜としめじの煮浸し(金針菜)/アスパラソテー(クミン)/パンバンジー(クコの実)/カリフラワーのマリネ(桂花)	エ:282 た:15.9 塩:1.9	糖質 18.8g	井 600円税込 大人気！ 自家製チャーシューとマヨが絶品！ チャーシュー丼(大盛+50円)
29	木	ご飯との相性バツグン！ 生姜の効いた豚焼肉	甘酢からあげ	【甘辛いコチュジャンで少し刺激を！】 サバの味噌煮/金平ごぼう/里芋の煮ころがし/かぼちゃサラダ/ほか2品	エ:352 た:12.8 塩:3.0	糖質 23.2g	SP 700円税込 NEW コチュジャンで甘辛味の豚唐揚げと さっぱりナムルでビビンバ風に仕上げました！ 豚からコチュジャンビビンバ風(大盛+50円)
30	金	【日替わりカレーの日】 かにクリームコロッケのせ 特製カレー	60gとんかつ 1枚のせ 150円 ダブル 300円	【親子の相性バッチリ！】 親子煮/さつまいもの甘煮/いんげんのオイスターソース炒め/切干大根サラダ/ほか2品	エ:314 た:15.2 塩:2.2	糖質 31.2g	冷し麺 600円税込 肉たっぷりの冷たいうどん！ ぶっかけ肉さめきうどん (ふりかけ半ライス+120円)

23日(金)の日替わりはおにぎり弁当！
暑い日にはおにぎり弁当がうれしい
おにぎり2個(鮭&ワカメ)
&一おうどん
特別価格 550円

600円 8/19～8/23
タルタルチキンかつ井
にんにく醤油味

630円 8/19～8/23
豚バラ肉の香味南蛮漬け定食

700円 8/26～8/30
豚からコチュジャンビビンバ風

数量限定メニュー

19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)
700円 本格韓国風ピリ辛味 ビビンバ チャーハン ライス大盛+100円	800円 ワタルシェフの手作りハンバーグ(200g) シャリアピンソース ライス大盛+50円	800円 人気のチキン南蛮に濃厚明太タルタル 明太タルタルチキン南蛮 ライス大盛+50円	800円 大人気！2種類食べ比べ！ ロースとんかつ 柚子胡椒ポン酢 & たっぷり胡麻ソース ライス大盛+50円	850円 電子レンジOK チーズカレー でっかいカツのせ ライス大盛+50円 ルー大盛+100円	700円 暑い日にサラサラ！ 鮭の塩味がたまらない 冷やし鮭茶漬 ライス大盛+50円	800円 おすすみ チーズと海苔の香りが美味しい人気メニュー！ 海苔チーズ重ねカツ ライス大盛+50円	800円 SP冷し麺セット 盛岡冷麺風 & ミニガーリックライス 冷し麺 & ミニ丼のお得なメニュー！	800円 お箸で切れるほどやわらかい！ 酢豚ステーキ ライス大盛+50円	700円 電子レンジOK スパイスがきいた キーマカレー ライス大盛+100円 ルー大盛+100円
おにぎり各種(梅・鮭)・・・税込170円					シン・海苔段々イカフライ・白身フライのせ 各+100円 700円(税込) 焼き鮭のせ+200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	+穀米半ライス 173kcal +穀米普通盛 346kcal +穀米大盛 470kcal	+50円	+100円
---------------	---	--	------	-------