



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、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ひいたします。
ランチ仲間を増やしてください！！

日付	曜日	お弁当メニュー	ヘルシーメニュー463円(税込500円)	栄養価	週替りメニュー	
9	月	人気の豚ヒレカツ & 旨辛ガパオ風炒め	自家製 ローストポーク	【鶏肉の旨味とさつまいもの甘さがよく合います】 鶏肉とさつまいものコク旨炒め/いんげんの胡麻和え/ピーマンの金平/白菜のおかか煮	エ:255 た:12.7 塩:2.1 糖質 22.0g	肉 630円税込 人気の唐揚げをにんにく醤油味に! 鶏からんにんにく醤油 マヨ付、ライス付
10	火	グラタンコロッケ & 相性バツグン鶏のガリバタ炒め	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/厚焼き卵/三色お浸し/もやしナムル	エ:206 た:10.2 塩:2.3 糖質 14.9g	肉 630円税込 人気の豚バラ肉の生姜焼き 定番しょうが焼き定食 マヨ付、ライス付 しょうが焼き2倍入りダブルは900円
11	水	ふっくら美味しいサーモンフライ & スタミナ豚ニラ炒め	からあげ	薬膳メニュー【香ばしいみその香り!】 鰯の味噌焼き(みそ)/厚揚げのおろし煮(醤油麹)/野菜炒め(クコの実)/もやしのカレーマヨ和え(ウコン)/ごま団子(ごま)	エ:289 た:17.9 塩:1.2 糖質 20.8g	魚 630円税込 イギリス式タラの唐揚げがふわふわで美味しい タラのからあげ定食 ライス付
12	木	北海道産男爵コロッケ & ブリのスパイシーカレーマヨ焼き	自家製 チャーシュー	【ごまだれがご飯に合うんです!】 豚肉のごまだれ炒め/かぼちゃのグラッセ/小松菜としめじの煮浸し/コールスローサラダ	エ:254 た:13.0 塩:1.6 糖質 18.5g	丼 600円税込 濃厚塩だれで人気のカルビ丼! ネギ塩豚カルビ丼(大盛+50円) レンジOK
13	金	名古屋名物味噌カツ弁当	イカフライ	【おいしいヘルシー豆腐のハンバーグ】 豆腐のハンバーグ/ナポリタン/ごぼうの味噌煮/カリフラワーのマリネ	エ:260 た:9.6 塩:2.3 糖質 29.3g	SP 700円税込 ピリ辛マーボーと焼きそばの相性がバツグン! マーボー焼きそば(大盛+100円)
16	月	豚肉といんげんのチャンプルー & 昔懐かしハムサンドフライ	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/いんげんと玉葱のソテー/ビーンズサラダ/キャベツと人参のおかか和え	エ:293 た:15.7 塩:1.9 糖質 12.6g	肉 630円税込 自家製タルタルソース付! 宮崎チキン南蛮定食 ライス付
17	火	辛味噌からあげ & 豚肉のスタミナ炒め	自家製 ローストポーク	【みんな大好きサバの味噌煮】 サバの味噌煮/具だくさんビーフン/キャベツの梅和え/わかめサラダ	エ:257 た:12.1 塩:3.8 糖質 13.0g	肉 650円税込 キャベツ&ソース 味変に卵とじ ごはんに乗せたらかつ丼 とんかつときどきカツ煮定食 ライス付 とんかつ2枚入りダブルは1000円
18	水	ササミ大葉ロールフライ & ホッケ塩焼き	手作り塩こうじハンバーグ	薬膳メニュー【松の実で体を潤しましょう!】 豚肉と野菜の塩麹炒め(塩麹)/しゅうまい/厚揚げの中華炒め(松の実)/キャベツのサラダ(なつめ)/ブロッコリーのアマニ和え(アマニ)	エ:208 た:10.3 塩:1.7 糖質 15.0g	魚 650円税込 桜チップで自家製スモークした銀鮭を焼いた人気メニュー スモークサーモン ライス付
19	木	とろ〜りチーズインメンチ & 鶏肉とシャキッとレンコン炒め	甘酢からあげ	【彩り鮮やかチンジャオロース】 チンジャオロース/干草焼/ほうれん草の胡麻和え/春雨サラダ	エ:247 た:15.4 塩:2.0 糖質 12.9g	丼 600円税込 大人気! 自家製チャーシュー&マヨネーズ チャーシューマヨ丼(大盛+50円) レンジOK
20	金	カニクリームコロッケ & 豚肉のコチュジャン炒め	自家製 チャーシュー	美味しおDAY【パン粉焼きで揚げずにヘルシー】 鶏肉のパン粉焼き/カラフルソテー/コンソメパスタ/わかめのナムル	エ:269 た:16.0 塩:1.8 糖質 19.0g	SP 730円税込 野菜がたっぷり摂れる本格ビビンバ 韓国ビビンバ丼(大盛+50円) 肉増し+150円

700円

NEW マーボー焼きそば 大盛+100円
12/9~12/13

通常1000円のところ特別価格850円

新発売! 牛すきやき弁当 特別価格 850円(税込)
12/9~12/20

数量限定メニュー

9日(月) 800円 佐賀のご当地グルメ シシリアンライス 牛肉の甘辛炒め&サラダ&マヨネーズを ごはんにのせました! 大盛+50円	10日(火) 830円 「ワタル」シリーズ 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	11日(水) 830円 大人気! 二つのソースで 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	12日(木) 830円 ジャガ芋とピリ辛チーズ を鶏肉で巻いた ロールカツ スパイシーチキン チーズじゃがカツ ライス大盛+50円	13日(金) 800円 電子レンジ可 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	16日(月) 800円 火山チャーハン 火山をかたどった チャーハンの火口に たっぷり中華丼! 大盛+100円	17日(火) 830円 大人気! きのこの 和風ハンバーグ (ワタルの手こね 200g) にんにく醤油ソース ライス大盛+50円	18日(水) 830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 でアクセント! シュニッツェル 自家製タルタル付 ライス大盛+50円	19日(木) 830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	20日(金) 800円 電子レンジ可 カカオが深いココと 旨みを引き出すカレー カカオ スープカレー ライス大盛+50円 ルー大盛+100円
---	--	---	--	---	---	---	---	---	--

※鶏めし、のり弁はお休みさせていただきます

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	+	10穀米半ライス 173kcal
白ごはん普通盛 343kcal	+	10穀米普通盛 346kcal
白ごはん大盛 468kcal	+	10穀米大盛 470kcal

+50円