

3月 令和7年3月～4月メニュー
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 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 | |
|----|----|------------------------------|--------------------|--|--------------------------|----------|---|
| 24 | 月 | 白身フライ&八宝菜 | 手作りエビフライ | 【オイスターソースのkok旨炒め】 鶏肉のオイスター炒め/コンソメパスタ/もやしと人参のお浸し/きのここんにゃくの甘辛煮 | エ:228 た:11.7 塩:2.1 | 糖質 17.5g | 肉 650円税込 NEW ハンバーグ&グリルチキン 和風おろしソース ライス付 |
| 25 | 火 | 厚切りハムカツ&ミートスパゲティ | 自家製ローストポーク | 【kokうま! すき焼風に仕上げました】 すき焼き風煮/カラフルきのこソテー/ほうれん草の胡麻和え/ごぼうと枝豆のサラダ | エ:271 た:15.2 塩:1.8 | 糖質 10.6g | 魚 650円税込 NEW 塩サバと旨辛明太子でごはんがススム! 塩サバ 明太子ソース ライス付 |
| 26 | 水 | アジフライ&豚挽とじゃがいも韓国炒め | ミニチキン南蛮 | 薬膳メニュー【kokがあっておいしい】 ポークストロガノフ風(松の実)/オムレツ/ブロッコリーと油揚げの煮物(醤油麹)/大根のゆかり和え(桂花)/やみつききゅうり(ごま) | エ:291 た:16.2 塩:2.7 | 糖質 21.0g | 3/24(火)~3/28(金) 井 650円税込 具材たっぷりの中華あんかけ! レンジOK 中華丼 ライス大盛+50円 |
| 27 | 木 | 男爵コロッケ&スタミナ焼肉 | 手作り塩こうじハンバーグ | 【クセになる美味しさ、よだれ鶏です】 よだれ鶏/青梗菜のさっぱり炒め/じゃがいものそぼろ煮/マカロニサラダ | エ:297 た:20.8 塩:2.4 | 糖質 22.0g | スパゲティ 550円税込 あさりの旨みたっぷりの塩味スパ! レンジOK あさりと小松菜のスパゲティ(総量300g) (大盛+100円) |
| 28 | 金 | エビフライ&お楽しみフライ | 自家製チャーシュー | 【野菜たっぷりピビンバ風炒めをどうぞ!】 ピビンバ風炒め/豆腐のステーキ/小松菜と卵の和え物/ひじきのデリサラダ | エ:263 た:20.8 塩:2.4 | 糖質 10.0g | SP 750円税込 でっかい台湾風からあげが美味しい レンジOK ダージーパイめし(大盛+50円) |
| 31 | 月 | 豚串カツ&鶏キムチ炒め | イカフライ | 【豚肉の旨味とkokが大根にしみこみます】 豚肉と大根の炒め煮/干草焼/ごぼうの味噌煮/いんげんと人参のおかか和え | エ:250 た:15.1 塩:2.3 | 糖質 17.3g | 肉 650円税込 香味ネギだれが美味しい人気メニュー! ユーリンチー一定食 ライス付 |
| 1 | 火 | 大きなメンチカツ&桜えび入りビーフン | 自家製ローストポーク | 【白菜と豚バラ肉は相性抜群】 豚バラ白菜/れんこんの金平/ほうれん草のおかか和え/キャベツマヨサラダ | エ:328 た:10.8 塩:2.1 | 糖質 14.3g | 魚 650円税込 人気ナンバー1魚メニュー 銀鮭の西京焼き ライス付 |
| 2 | 水 | カニクリームコロッケ&鶏肉とチンゲン菜のにんにく醤油炒め | 春巻き | 【自家製塩こうじで焼き上げました!】 鯖の塩麹焼き(塩麹)/じゃがいものカレー炒め(クミン)/筍の土佐煮(松の実)/海藻サラダ(桂花)/白きくらげのナムル(きくらげ) | エ:262 た:17.6 塩:3.2 | 糖質 11.6g | 3/31(月)~4/4(金) 井 650円税込 濃厚塩だれが美味しい レンジOK ネギ塩豚カルビ丼 ライス大盛+50円 |
| 3 | 木 | やわらかイカフライ&豚肉のガリバタ炒め | ミニチキン南蛮 | 【ごまだれがご飯によく合います】 鶏肉のごまだれ炒め/大学芋/切昆布の煮物/もやしのゆかり和え | エ:264 た:12.1 塩:2.3 | 糖質 23.2g | 冷しうどん 600円税込 NEW 海老の風味香る 桜えびのかき揚げうどん ちくわ天付 (ふりかけ半ライス付+120円) レンジOK |
| 4 | 金 | 名古屋名物味噌カツ | 自家製チャーシュー | 【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/ピーマンひき肉炒め/三色お浸し | エ:253 た:10.6 塩:2.3 | 糖質 24.2g | SP 750円税込 NEW 関西では鉄板のピリ辛どろソースオムそば レンジOK どろソースオムそば(大盛+100円) |

650円 **NEW** 3/24~3/28
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

650円 **NEW** 3/24~3/28
塩サバ
明太子ソース
ライス大盛+50円

600円 **NEW** 3/31~4/4
桜えびのかき揚げ
うどん ちくわ天付
ふりかけ半ライス付+120円

750円 **NEW** 3/31~4/4
どろソース
オムそば
大盛+100円

数量限定メニュー
駅弁シリーズも前日予約でお届けいたします! 会議や来客などにもぴったり!
・水戸印籠弁当1350円税込 ・三浜たこめし1200円・茨城の羊ごはん弁当1100円税込

| 24日(月) | 25日(火) | 26日(水) | 27日(木) | 28日(金) | 31日(月) | 1日(火) | 2日(水) | 3日(木) | 4日(金) | |
|---|--|---|---|---|---|--|---|---|---|---|
| 800円 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 | 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 サイズUP! 具沢山タルタル ワタルの チキン南蛮 ライス大盛+50円 | 850円 お箸で切れるほど やわらかい! ワタルの 酢豚ステーキ ライス大盛+50円 | 850円 大人気 ワタルの 牛すじ煮込 カレー ライス大盛+50円 ルー大盛+100円 | 800円 NEW 春のスペシャルのり弁 大ちくわ天、イカフライ 白身フライタルタル、卵焼き 春の青菜、ミニチキン南蛮 ライス大盛+50円 | 850円 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 | 850円 サクサクふわふわ 大きな タラフライ 自家製甘酒入り タルタルソース ライス大盛+50円 | 850円 やわらかジューシー ワタルの ローストポーク わさびソース ライス大盛+50円 | 800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 |

※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。