

5元気弁当


わくわくらんち山形

(株)協栄給食 〒994-0057 山形県天童市石鳥居2丁目1-23

Tel.023-674-7272 Fax.023-674-7273

 お願い 食品の衛生上、当日の午後1時までに、お召し上がりくださるようご協力ください。 <http://www.wakuwaku-lunch.co.jp>

月

火

水

木

金

今月のおすすめ



当社は県産米を使用しています。

ご飯100g

168kcal

11日『エビフライ』にたけのこごはんです。

26日『ピザ春巻』におかかごはんです。

お客様の健康増進を考えて

 カルシウムを含む
“いわし粉”

 鉄分を含む
“ごま”

 ビタミンEを含む
“きな粉”

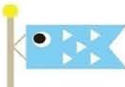
3 憲法記念日



4 みどりの日



5 こどもの日



6 鯖香草焼き

親子煮


 熱量 318kcal 脂質 14.5g
 蛋白質 16.6g 塩分 1.96g

7 イカフライ

牛肉の甘辛炒め


 熱量 359kcal 脂質 18.8g
 蛋白質 13.8g 塩分 2.14g

 10 チーズハンバーグ
ブラウنشチュウ

 熱量 312kcal 脂質 16.3g
 蛋白質 14.2g 塩分 2.72g

17 アジフライ

鶏肉のピリ辛炒め


 熱量 298kcal 脂質 19.9g
 蛋白質 14.1g 塩分 2.34g

24 豚肉ごま焼き

ホロネーゼ


 熱量 332kcal 脂質 15.6g
 蛋白質 16.8g 塩分 2.96g

 31 カマンベール入り
チーズメンチカツ

イタリアンマカロニ


 熱量 392kcal 脂質 16.8g
 蛋白質 13.0g 塩分 2.46g

11 エビフライ

ポンゴレビアンコ


 熱量 319kcal 脂質 14.5g
 蛋白質 10.4g 塩分 1.67g

12 酢鶏

ピリ辛大根でほろ炒め


 熱量 370kcal 脂質 20.7g
 蛋白質 15.4g 塩分 1.94g

13 豚肉生姜焼き

ビーフンチャンブルー


 熱量 334kcal 脂質 16.7g
 蛋白質 11.4g 塩分 2.02g

14 鶏肉の照焼

中華旨煮


 熱量 351kcal 脂質 16.0g
 蛋白質 12.7g 塩分 1.84g

18 ハンバーグ

デミソース


 熱量 385kcal 脂質 19.1g
 蛋白質 20.3g 塩分 1.87g

19 鶏肉

マスタード焼き


 熱量 340kcal 脂質 14.5g
 蛋白質 16.7g 塩分 2.26g

20 海鮮串フライ

牛肉の時雨煮


 熱量 314kcal 脂質 11.3g
 蛋白質 19.3g 塩分 2.70g

21 鶏ごぼうカレー

包みカツ


 熱量 392kcal 脂質 16.8g
 蛋白質 13.0g 塩分 2.46g

25 鶏肉唐揚げ

竹の子と豚肉の炒め物


 熱量 338kcal 脂質 19.1g
 蛋白質 21.0g 塩分 2.55g

26 ピザ春巻

ハンパンジー


 熱量 364kcal 脂質 17.2g
 蛋白質 20.0g 塩分 2.01g

27 クリーム

コロッケ


 熱量 332kcal 脂質 10.5g
 蛋白質 11.2g 塩分 2.19g

28 玉子ロール

きのおあんかけ


 熱量 304kcal 脂質 13.9g
 蛋白質 17.6g 塩分 2.69g

毎週土曜日は、おまかせメニューでお届けします。

各種行事に特注弁当、オードブルを用意できます。

会社での大切なおもてなしに、各種会議、打合に、幕の内弁当がございます。

 URL : <http://kyoei-lunch.co.jp/>
