



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> わくわくらんち 検索

月	火	水	木	金
<p><b>今月のおすすめ</b></p> <p>2日『鶏肉照焼き』とわかめごはんです。</p> <p>22日『豚肉味噌焼き』と五目ごはんです。</p>		<p><b>1 ハンバーグ トマトソース</b> 野菜炒め</p>  <p>熱量 392kcal 脂質 17.8g 蛋白質 18.0g 塩分 1.72g</p> <p>Ca</p>	<p><b>2 鶏肉照焼</b> チリコンカン</p>  <p>わかめごはん</p> <p>熱量 360kcal 脂質 21.3g 蛋白質 16.6g 塩分 2.67g</p> <p>Fe</p>	<p><b>3 さば竜田揚げ</b> ホイコーロー</p>  <p>熱量 334kcal 脂質 15.8g 蛋白質 13.4g 塩分 2.58g</p> <p>Ca</p>
<p><b>6 豚肉塩ダレ焼き</b> ピーマンソテー</p>  <p>熱量 305kcal 脂質 13.8g 蛋白質 15.2g</p> <p>Ca</p>	<p><b>7 メンチカツ</b> クリームシチュー</p>  <p>熱量 336kcal 脂質 13.5g 蛋白質 14.0g</p> <p>Ca</p>	<p><b>8 鮭香草焼き</b> 蓮根と豚肉味噌マヨ炒め</p>  <p>熱量 358kcal 脂質 16.5g 蛋白質 18.0g</p> <p>Ca</p>	<p><b>9 ユーリンチー</b> スパゲティナポリタン</p>  <p>熱量 348kcal 脂質 16.0g 蛋白質 20.2g</p> <p>VE</p>	<p><b>10 牛肉コロッケ</b> 切り昆布煮</p>  <p>熱量 333kcal 脂質 14.3g 蛋白質 13.3g</p> <p>Fe</p>
<p><b>13 とんかつ</b> 麻婆春雨</p>  <p>熱量 364kcal 脂質 13.7g 蛋白質 16.1g</p> <p>Fe</p>	<p><b>14 豚肉生姜焼き</b> 若竹煮</p>  <p>熱量 329kcal 脂質 12.3g 蛋白質 15.9g</p> <p>Ca</p>	<p><b>15 海鮮串カツ</b> いんげん炒め煮</p>  <p>熱量 329kcal 脂質 15.7g 蛋白質 13.7g</p> <p>Ca</p>	<p><b>16 カニクリーム</b> コロッケ 大根中華風そぼろ煮</p>  <p>熱量 323kcal 脂質 12.3g 蛋白質 14.2g</p> <p>Fe</p>	<p><b>17 チキンボールの</b> 甘酢あん 石狩煮</p>  <p>熱量 341kcal 脂質 12.0g 蛋白質 20.1g</p> <p>Ca</p>
<p><b>20 敬老の日</b></p> <p>お客様の健康増進を考えた</p> <p>Ca カルシウムを含む "いわし粉"</p> <p>Fe 鉄分を含む "ごま"</p> <p>VE ビタミンEを含む "きな粉"</p>	<p><b>21 チーズ</b> チキンカツ 五目ひじき煮</p>  <p>熱量 366kcal 脂質 15.3g 蛋白質 13.3g</p> <p>Ca</p>	<p><b>22 豚肉</b> 味噌焼き 五目ごはん 高野豆腐煮</p>  <p>熱量 337kcal 脂質 21.8g 蛋白質 18.9g</p> <p>Ca</p>	<p>当社は国産米を使用しています。</p> <p>ご飯100g 168kcal</p>	
<p><b>27 ハンバーグ</b> 和風ソース 春雨チヂメ</p>  <p>熱量 355kcal 脂質 15.2g 蛋白質 15.6g</p> <p>Fe</p>	<p><b>28 イカリングフライ</b> 五目豆</p>  <p>熱量 322kcal 脂質 12.2g 蛋白質 16.1g</p> <p>Ca</p>	<p><b>29 さばの塩焼き</b> 肉じゃが</p>  <p>熱量 343kcal 脂質 17.8g 蛋白質 21.3g</p> <p>Ca</p>	<p><b>30 カツ煮</b> シーザーサラダ</p>  <p>熱量 341kcal 脂質 16.4g 蛋白質 18.2g</p> <p>Ca</p>	<p>●弁当の容器のまま電子レンジで温めていただく。い。</p> <p>●ご乗船は間違い防止の為、FAXをお願いします。</p> <p>●材料入手の関係でメニューの一部変更することがありますが、ご了承ください。</p> <p>●食数の変更は、当日9時までにご連絡ください。</p>

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、打合せに、幕の内弁当がございます。

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

