



わくわくらんち山形
 (株)協栄給食 〒994-0057 山形県天童市石島町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時までは、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
2 肉団子の甘酢あん 野菜炒め  熱量 370kcal 脂質 20.7g 蛋白質 15.4g 繊維 1.94g	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 アジフライ 五目豆  熱量 298kcal 脂質 19.9g 蛋白質 14.1g 繊維 2.34g
9 ささみ天ぷら 若竹煮  熱量 282kcal 脂質 13.6g 蛋白質 15.6g 繊維 1.93g	10 ピザポト春巻 豆腐の玉子とじ  熱量 317kcal 脂質 16.3g 蛋白質 16.2g 繊維 2.72g	11 鶏肉照焼 回鍋肉風  熱量 395kcal 脂質 21.9g 蛋白質 20.9g 繊維 2.89g	12 豚肉味噌生姜焼 大根洋風煮  熱量 345kcal 脂質 17.2g 蛋白質 13.3g 繊維 2.56g	13 鶏肉クリームソース 豚肉と切昆布の炒め煮  熱量 345kcal 脂質 17.2g 蛋白質 13.3g 繊維 2.56g
16 エビフライ たらこスパゲティ  熱量 319kcal 脂質 14.2g 蛋白質 10.4g 繊維 1.87g	17 ハンバーグ トマトソース 野菜サラダ  熱量 318kcal 脂質 14.5g 蛋白質 15.6g 繊維 1.95g	18 ハムカツ 中華旨煮  熱量 385kcal 脂質 19.1g 蛋白質 20.3g 繊維 1.87g	19 鶏肉マスタード焼 厚揚げとキャベツのカレー炒め  熱量 356kcal 脂質 15.0g 蛋白質 16.2g 繊維 1.84g	20 豚串カツ 納豆  熱量 314kcal 脂質 11.3g 蛋白質 10.4g 繊維 2.70g
23 イカフライ 豚キムチ  熱量 308kcal 脂質 14.3g 蛋白質 11.8g 繊維 2.18g	24 鶏肉唐揚 田舎煮  熱量 338kcal 脂質 20.7g 蛋白質 21.0g 繊維 2.55g	25 カツ煮 バンバンジー  熱量 364kcal 脂質 17.2g 蛋白質 20.2g 繊維 2.02g	26 カニクリームコロッケ 竹の子ヒリ辛炒め  熱量 335kcal 脂質 10.5g 蛋白質 11.2g 繊維 2.19g	27 さばの塩焼き 高野豆腐とほろ煮  熱量 304kcal 脂質 13.9g 蛋白質 17.6g 繊維 2.69g
30 スパイシーチキン 焼きそば  熱量 335kcal 脂質 16.2g 蛋白質 17.8g 繊維 2.70g	31 カレーメンチカツ 麻婆なす  熱量 392kcal 脂質 16.9g 蛋白質 13.0g 繊維 2.46g	<ul style="list-style-type: none"> ●弁当の容器のまま、電子レンジで温めないでください。 ●ご連絡は間違い防止のため、FAXでお願ひ致します。 ●材料入手の関係で、メニューが一部変更になる場合がございます。ご了承ください。 ●食数の変更は、当日の9時15分までにご連絡ください。 	<p>今月のおすすめ</p> <p>12日『豚肉味噌生姜焼』に たけのごはんです。</p> <p>24日『鶏肉唐揚』に ゆかりごはんです。</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、オードブルをご用意できます。
 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した。 URL:<http://kyoei-lunch.co.jp/>



当社は国産米を 100%
 使用しています。 168kcal