



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

月	火	水	木	金
<p>2 マスのチーズパン粉焼き 蓮根と鶏肉の炒め煮</p> <p>熱量 339kcal 脂質 16.5g 炭水化物 18.0g 蛋白質 2.49g 塩分 13.8g</p>	<p>3 鶏ごぼうの甘辛メンチカツ クリームシチュー</p> <p>熱量 354kcal 脂質 16.5g 炭水化物 14.0g 蛋白質 2.85g 塩分 21.9g</p>	<p>4 鶏肉照焼 ペペロンチーノ <small>わかめごはん</small></p> <p>熱量 336kcal 脂質 21.3g 炭水化物 16.6g 蛋白質 2.67g 塩分 18.8g</p>	<p>5 南瓜クノーテル 大根中華風とぼろ煮</p> <p>熱量 346kcal 脂質 12.3g 炭水化物 11.3g 蛋白質 1.98g 塩分 27.2g</p>	<p>6 ハンバーグ トマトソース 野菜サラダ</p> <p>熱量 361kcal 脂質 19.8g 炭水化物 17.4g 蛋白質 1.72g 塩分 23.8g</p>
<p>9 ミックスフライ 中華旨煮</p> <p>熱量 361kcal 脂質 18.4g 炭水化物 15.2g 蛋白質 2.17g 塩分 32.0g</p>	<p>10 すき煮 ミートコロッケ</p> <p>熱量 318kcal 脂質 13.5g 炭水化物 13.5g 蛋白質 1.78g 塩分 13.4g</p>	<p>11 鶏肉唐揚 イタリアンマカロニ</p> <p>熱量 348kcal 脂質 16.0g 炭水化物 20.2g 蛋白質 2.08g 塩分 14.8g</p>	<p>12 チンジャオロース風 うずら串フライ</p> <p>熱量 318kcal 脂質 13.5g 炭水化物 13.5g 蛋白質 1.78g 塩分 13.4g</p>	<p>13 サバの塩焼き じゃが芋とぼろ煮</p> <p>熱量 349kcal 脂質 11.9g 炭水化物 17.2g 蛋白質 2.99g 塩分 18.2g</p>
<p>16 敬老の日</p>	<p>17 牛肉コロッケ 納豆</p> <p>熱量 333kcal 脂質 15.9g 炭水化物 12.8g 蛋白質 2.72g 塩分 29.8g</p>	<p>18 サーモンタルタルカツ 豆腐サラダ</p> <p>熱量 363kcal 脂質 18.8g 炭水化物 13.2g 蛋白質 1.92g 塩分 17.8g</p>	<p>19 豚肉の辛味噌焼 焼きそば</p> <p>熱量 317kcal 脂質 19.1g 炭水化物 22.3g 蛋白質 1.93g 塩分 14.8g</p>	<p>20 エビフライ カレー</p> <p>熱量 361kcal 脂質 18.1g 炭水化物 13.0g 蛋白質 2.06g 塩分 21.9g</p>
<p>23 振替休日</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お弁当の容器のまま、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をお願い致します。 ●材料入手の関係で、メニューが一部変更になる場合がありますが、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>24 豚串カツ 炒り豆腐</p> <p>熱量 329kcal 脂質 15.7g 炭水化物 13.7g 蛋白質 2.05g 塩分 19.4g</p>	<p>25 カレーフライング ハンバーグ 野菜炒め</p> <p>熱量 345kcal 脂質 13.9g 炭水化物 12.5g 蛋白質 2.36g 塩分 26.8g</p>	<p>26 チキンカツ 麻婆茄子</p> <p>熱量 361kcal 脂質 16.4g 炭水化物 18.2g 蛋白質 2.11g 塩分 21.6g</p>	<p>27 白身魚の甘酢あんかけ 石狩い煮 <small>鶏ごはん</small></p> <p>熱量 351kcal 脂質 12.0g 炭水化物 20.1g 蛋白質 2.01g 塩分 14.8g</p>
<p>30 豚肉のカレーパン粉焼き チリコンガン</p> <p>熱量 332kcal 脂質 14.9g 炭水化物 13.6g 蛋白質 2.20g 塩分 27.8g</p>	<p>今月のおすすめ</p> <p>4日『鶏肉照焼』とわかめごはんです。</p> <p>27日『白身魚の甘酢あんかけ』と鶏ごはんです。</p>			

当社は国産米を使用しています。 **ご飯100g 168kcal**



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す。 URL:<http://kyoei-lunch.co.jp/>