



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 豚肉の生姜焼き 八宝菜  熱量 321kcal 脂質 15.7g 炭水化物 14.0g 蛋白質 16.3g 塩分 2.50g	3 白身魚青のいフライ 挽肉とパプリカのオイスター炒め  熱量 338kcal 脂質 15.9g 炭水化物 21.9g 蛋白質 17.2g 塩分 2.49g	4 鶏肉バジルソテー さつまい入切昆布煮  熱量 340kcal 脂質 16.9g 炭水化物 22.8g 蛋白質 15.5g 塩分 2.68g	5 かに玉風 温野菜サラダ  熱量 321kcal 脂質 14.4g 炭水化物 22.3g 蛋白質 11.5g 塩分 1.99g	6 メンチカツ クリームシチュー <small>ふいかけごはん</small>  熱量 342kcal 脂質 17.6g 炭水化物 23.0g 蛋白質 18.7g 塩分 2.30g
9 鶏肉唐揚 大豆のカレー炒め  熱量 339kcal 脂質 16.0g 炭水化物 17.1g 蛋白質 18.9g 塩分 2.27g	10 クリームチーズinハンバーグ 春雨チャフチェ  熱量 368kcal 脂質 15.6g 炭水化物 28.4g 蛋白質 16.0g 塩分 2.29g	11 白身魚の野菜あんかけ 冬野菜の味噌煮  熱量 341kcal 脂質 9.3g 炭水化物 26.5g 蛋白質 14.2g 塩分 2.09g	12 豚肉スタミナ炒め 目玉焼きフライ  熱量 323kcal 脂質 9.6g 炭水化物 17.9g 蛋白質 12.6g 塩分 2.38g	13 ミックスフライ 田舎煮  熱量 353kcal 脂質 15.1g 炭水化物 23.1g 蛋白質 18.8g 塩分 2.13g
16 アジフライ 塩焼きそば  熱量 403kcal 脂質 18.1g 炭水化物 26.1g 蛋白質 18.5g 塩分 2.33g	17 鶏肉の竜田揚げ ちゃんちゃん焼き  熱量 359kcal 脂質 16.2g 炭水化物 23.9g 蛋白質 19.9g 塩分 2.56g	18 ポークケチャップ 麻婆豆腐  熱量 347kcal 脂質 13.9g 炭水化物 24.1g 蛋白質 19.6g 塩分 2.06g	19 鯖西京焼き 大根と鶏肉の塩スープ煮  熱量 295kcal 脂質 11.0g 炭水化物 11.0g 蛋白質 18.7g 塩分 2.19g	20 カツ煮 野菜サラダ  熱量 377kcal 脂質 13.2g 炭水化物 23.5g 蛋白質 17.1g 塩分 2.24g
23 豚天ぷら 筑前煮  熱量 348kcal 脂質 14.2g 炭水化物 19.3g 蛋白質 17.8g 塩分 2.31g	24 フライドチキン カレー  熱量 334kcal 脂質 11.1g 炭水化物 21.9g 蛋白質 13.9g 塩分 2.34g	25 ハンバーグキノコソース <small>鶏ごはん</small> ペペロンチーノ  熱量 342kcal 脂質 15.5g 炭水化物 20.4g 蛋白質 16.8g 塩分 2.16g	26 肉豆腐 野菜コロッケ  熱量 368kcal 脂質 11.9g 炭水化物 28.5g 蛋白質 13.6g 塩分 1.98g	27 ハムカツ 切干大根サラダ  熱量 368kcal 脂質 14.3g 炭水化物 25.1g 蛋白質 14.0g 塩分 1.88g

今月のおすすめ

当社は国産米を使用しています。 ご飯100g 156kcal

6日『メンチカツ』と味かつおふりかけごはんです。
25日『ハンバーグキノコソース』と鶏ごはんです。

- 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。

2024年も残すところあとわずかとなりました。本年は格別のご愛顧を賜り、まことに有難く厚く御礼申し上げます。来年も、より一層のご支援を賜りますよう従業員一同心よりお願い申し上げます。



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、幕の内弁当がごさいます。 URL:<http://kyoei-lunch.co.jp/>

