



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、お召上がりくださるようお願いいたします。 <http://www.wakuwaku-lunch.co.jp> わくわくらんち 検索

月	火	水	木	金
<p>お願い</p> <ul style="list-style-type: none"> ●お弁当は容器のまま、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>1 ヒレカツ 春雨チャフチェ</p>  <p>熱量 363kcal 脂質 12.8g 炭水化物 23.9g 蛋白質 12.2g 塩分 2.04g</p>	<p>2 豚肉の チーズパン粉焼き 五目ひじき煮</p>  <p>熱量 321kcal 脂質 13.6g 炭水化物 24.7g 蛋白質 17.1g 塩分 2.56g</p>	<p>3 野菜コロッケ 麻婆豆腐</p>  <p>熱量 363kcal 脂質 17.3g 炭水化物 23.2g 蛋白質 19.7g 塩分 2.28g</p>	<p>4 豚肉スタミナ炒め 竹輪磯辺揚げ</p>  <p>熱量 350kcal 脂質 11.7g 炭水化物 23.6g 蛋白質 13.8g 塩分 2.85g</p>
<p>7 ベーコン マヨネーズフライ 鶏肉炒め煮</p>  <p>熱量 348kcal 脂質 15.8g 炭水化物 25.6g 蛋白質 13.4g 塩分 2.21g</p>	<p>8 ミックスフライ カレー</p>  <p>熱量 352kcal 脂質 17.0g 炭水化物 22.0g 蛋白質 13.2g 塩分 2.31g</p>	<p>9 豚肉塩ダレ焼き ツナと大根の炒め煮</p>  <p>熱量 324kcal 脂質 14.9g 炭水化物 19.6g 蛋白質 14.4g 塩分 2.71g</p>	<p>10 チキンガーリックソテー マカロニサラダ</p>  <p>熱量 383kcal 脂質 17.1g 炭水化物 19.4g 蛋白質 17.8g 塩分 2.07g</p>	<p>11 アジフライ 五目ごはん 筍と豚肉の中華炒め</p>  <p>熱量 318kcal 脂質 18.0g 炭水化物 20.8g 蛋白質 14.6g 塩分 2.38g</p>
<p>14 ヤンニョムチキン 変わり金平</p>  <p>熱量 329kcal 脂質 15.5g 炭水化物 23.8g 蛋白質 19.7g 塩分 2.17g</p>	<p>15 豚肉生姜焼き 中華旨煮</p>  <p>熱量 343kcal 脂質 16.4g 炭水化物 12.9g 蛋白質 18.1g 塩分 2.41g</p>	<p>16 鶏肉の薬味のせ 千ゲ鍋風</p>  <p>熱量 357kcal 脂質 17.4g 炭水化物 24.2g 蛋白質 19.0g 塩分 2.45g</p>	<p>17 サバの塩焼き あさりとキャベツの蒸炒め</p>  <p>熱量 366kcal 脂質 17.3g 炭水化物 26.6g 蛋白質 17.2g 塩分 2.33g</p>	<p>18 エビフライ じゃが芋のそぼろ煮</p>  <p>熱量 331kcal 脂質 14.4g 炭水化物 25.2g 蛋白質 11.1g 塩分 2.27g</p>
<p>21 とんかつ わかめごはん バター醤油スパゲティ</p>  <p>熱量 354kcal 脂質 15.4g 炭水化物 28.4g 蛋白質 12.2g 塩分 2.22g</p>	<p>22 すき煮 卵の花フライ</p>  <p>熱量 328kcal 脂質 15.2g 炭水化物 18.0g 蛋白質 14.1g 塩分 2.29g</p>	<p>23 メンチカツ クリームシチュー</p>  <p>熱量 343kcal 脂質 16.5g 炭水化物 28.6g 蛋白質 14.5g 塩分 2.10g</p>	<p>24 海鮮串フライ 鶏肉と厚揚げのチリソース</p>  <p>熱量 342kcal 脂質 13.1g 炭水化物 17.6g 蛋白質 17.5g 塩分 2.13g</p>	<p>25 牛肉コロッケ 石狩煮</p>  <p>熱量 354kcal 脂質 15.1g 炭水化物 21.4g 蛋白質 12.3g 塩分 2.46g</p>
<p>28 白身魚の 野菜あんかけ 高野豆腐の玉子とじ</p>  <p>熱量 321kcal 脂質 11.2g 炭水化物 16.3g 蛋白質 18.5g 塩分 2.32g</p>	<p>29 昭和の日</p> 	<p>30 カレーハンバーグ 蓮根と豚肉の煮物</p>  <p>熱量 319kcal 脂質 13.5g 炭水化物 22.7g 蛋白質 16.2g 塩分 2.26g</p>	<p>今月のおすすめ</p> <p>当社は国産米を使用しています。 ご飯100g 156kcal</p> <p>11日『アジフライ』と五目ごはんです。 21日『とんかつ』とわかめごはんです。</p>	

毎週道曜日は、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/>

