

2025 Waku Waku Lunch Menu

5元気弁当

Tel.023-674-7272 Fax.023-674-7273

<http://www.wakuwaku-lunch.co.jp> わくわくらんち 検索

金



ご飯100g
156kcal

熱 量	335kcal	脂 質	13.5g	炭水化物
蛋白質	16.1g	塩 分	2.57g	15.2g

●食数の変更は、当日の9時15分
までにご連絡ください。

熱 量	367kcal	脂 質	18.8g	炭水化物
蛋白質	13.8g	塩 分	2.14g	23.8g

熱 量	335kcal	脂 質	16.2g	炭水化物	
蛋白質	17.8g	鹽 分	2.64g		13.6g

熱 量	334kcal	脂 質	15.3g	炭水化物	
蛋白質	14.2g	脂 質	2.38g	炭水化物	14.3g

熱 量	321kcal	脂 質	19.9g	炭水化物
蛋白質	14.1g	塩 分	2.34g	22.9g

熱 量	353kcal	脂 質	17.3g	炭水化物	
蛋白質	13.4g	塩 分	2.56g		24.8g

熱 量	395kcal	脂 質	22.9g	炭水化物
蛋白質	20.9g	塩 分	2.80g	20.7g

熱 量	376kcal	脂 質	18.9g	炭水化物
蛋白質	13.6g	塩 分	2.69g	29.4g

熱 量	320kcal	脂 質	14.3g	炭水化物
蛋白質	11.8g	糖 分	2.42g	27.9g

熱 量	316kcal	脂 質	13.8g	炭水化物	
蛋白質	18.5g	糖 分	2.35g		21.1g

熱 量	356kcal	脂 質	15.0g	炭水化物	
蛋白質	16.2g	糖 分	2.71g		27.6g

熱 量	377kcal	脂 質	16.1g	炭水化物	
蛋白質	13.7g	塩 分	2.43g		31.4g

熱 量	385kcal	脂 質	19.1g	炭水化物	
蛋白質	20.3g	糖 分	2.26g		20.2g

熱 量	365kcal	脂 質	15.1g	炭水化物	
蛋白質	17.3g	塩 分	2.92g		21.4g

熱 量 338kcal 脂 質 20.7g 炭水化物
蛋白質 21.8g 糖 分 2.55g 食 塩 14.8g

熱 量 335kcal 脂 質 10.5g 炭水化物
蛋白質 11.2g 糖 分 3.30g 21.8g

熱量 364kcal 脂質 17.2g 炭水化物 32.2g

熱量 335kcal 脂質 16.2g 炭水化物 33.6g
蛋白質 13.8g 塩分 2.61g

熱量 367kcal 蛋白質 13.0g 脂質 18.7g 炭水化物 36.5g
 糖類 2.16g 食鹽 2.16g