

# 2元気弁当



**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

月	火	水	木	金
<p>2 トマトとチーズのクリーミーフライ 青椒肉絲風</p>  <p>熱量 381kcal 脂質 13.0g 炭水化物 28.6g 蛋白質 13.1g 塩分 2.30g</p>	<p>3 マスタードチキンカツ 白菜とぼろあんかけ</p>  <p>熱量 328kcal 脂質 14.4g 炭水化物 22.5g 蛋白質 13.3g 塩分 2.12g</p>	<p>4 ぶりの西京焼き しょうが炒め</p>  <p>熱量 322kcal 脂質 17.6g 炭水化物 21.6g 蛋白質 19.6g 塩分 2.11g</p>	<p>5 チキン南蛮 酢豚風</p>  <p>熱量 342kcal 脂質 14.2g 炭水化物 26.1g 蛋白質 16.0g 塩分 2.48g</p>	<p>6 かつ煮 ペンネのシーザーサラダ</p>  <p>熱量 334kcal 脂質 15.7g 炭水化物 16.1g 蛋白質 16.2g 塩分 2.25g</p>
<p>9 アジフライ 筑前煮</p>  <p>熱量 384kcal 脂質 16.8g 炭水化物 27.5g 蛋白質 14.6g 塩分 2.32g</p>	<p>10 イカ野菜かつ 焼肉 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">五目ごはん</span></p>  <p>熱量 340kcal 脂質 12.0g 炭水化物 19.6g 蛋白質 17.6g 塩分 2.48g</p>	<p>建国記念の日</p> 	<p>12 豆腐ステーキのたらこソースかけ 納豆</p>  <p>熱量 317kcal 脂質 13.7g 炭水化物 21.0g 蛋白質 15.7g 塩分 2.56g</p>	<p>13 テミグラスソースハンバーグ キャベツのお好み風炒め</p>  <p>熱量 304kcal 脂質 10.9g 炭水化物 14.0g 蛋白質 18.2g 塩分 2.46g</p>
<p>16 からあげ 五目ビーフン</p>  <p>熱量 322kcal 脂質 11.3g 炭水化物 27.2g 蛋白質 16.3g 塩分 2.29g</p>	<p>17 明太子サラダフライ マーボナス</p>  <p>熱量 349kcal 脂質 22.1g 炭水化物 16.6g 蛋白質 20.5g 塩分 2.12g</p>	<p>18 タンドリーチキン やきうどん</p>  <p>熱量 352kcal 脂質 16.7g 炭水化物 28.9g 蛋白質 17.3g 塩分 2.59g</p>	<p>19 ヒレカツ キーマカレー</p>  <p>熱量 354kcal 脂質 18.0g 炭水化物 20.9g 蛋白質 18.2g 塩分 2.51g</p>	<p>20 マスのチーズ焼き ナポリタンやきそば</p>  <p>熱量 360kcal 脂質 14.8g 炭水化物 19.7g 蛋白質 18.5g 塩分 2.42g</p>
<p>天皇誕生日</p> 	<p>24 揚げ出しの野菜あんかけ 肉じゃが</p>  <p>熱量 352kcal 脂質 14.4g 炭水化物 22.9g 蛋白質 28.8g 塩分 2.69g</p>	<p>25 ポークチャップ 親子煮</p>  <p>熱量 346kcal 脂質 16.4g 炭水化物 21.8g 蛋白質 20.6g 塩分 2.46g</p>	<p>26 鶏肉のマヨネーズ焼き 厚揚げの回鍋肉 <span style="border: 1px solid black; padding: 2px;">わかめごはん</span></p>  <p>熱量 368kcal 脂質 19.0g 炭水化物 21.9g 蛋白質 19.2g 塩分 2.34g</p>	<p>27 ミックスフライ 和風スパゲティ</p>  <p>熱量 389kcal 脂質 19.9g 炭水化物 28.9g 蛋白質 15.1g 塩分 2.22g</p>

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

10日「イカ野菜かつ」五目ご飯です。

26日「鶏肉のマヨネーズ焼き」わかめご飯です。

お願い

- 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をお願いします。
- 材料入手の関係でメニューが一部変わることがありますがご了承ください。
- 食数の変更は当日の9時30分までにご連絡ください。



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:kyoei-lunch.co.jp/

