

2026 Waku Waku Lunch Menu

5元気弁当

わくわくらんち全国ネットワーク加盟店



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

今月のおすすめ

11日 「ホッケのバター醤油焼き」とふりかけご飯です。

28日 「豚天」とたけのこご飯です。

1 ポロネーゼラビオリ
大根さつま揚げ煮



熱量 398kcal 脂質 20.7g 炭水化物 15.4g 塩分 2.21g 22.8g

みどりの日

- 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、当口の9時15分までにご連絡ください。



こどもの日



振替休日

7 えびかつの
チリソースがけ
バンバンジー



熱量 364kcal 脂質 18.8g 炭水化物 14.1g 塩分 2.63g 23.8g

8 グリルハンバーグ
チンジャオロース風



熱量 317kcal 脂質 13.6g 炭水化物 15.1g 塩分 2.21g 15.3g

11 ホッケのバター醤油焼き
肉じゃが



熱量 334kcal 脂質 15.3g 炭水化物 14.3g 塩分 2.38g

12 豆腐ハンバーグ
おろしソースがけ
野菜サラダ



熱量 321kcal 脂質 19.9g 炭水化物 14.1g 塩分 2.34g 22.9g

13 かに玉風
切干大根のキムチ炒め



熱量 353kcal 脂質 17.3g 炭水化物 13.4g 塩分 2.56g 24.8g

14 さわらフライ
筑前煮



熱量 398kcal 脂質 22.9g 炭水化物 20.6g 塩分 2.31g 20.9g

15 とんかつ
カレー



熱量 376kcal 脂質 18.9g 炭水化物 13.6g 塩分 2.69g 29.4g

18 豚キムチ
高野豆腐の卵とじ



熱量 320kcal 脂質 14.3g 炭水化物 11.8g 塩分 2.42g 27.9g

19 鶏肉の照り焼き
柚子胡椒スパゲティ



熱量 316kcal 脂質 13.8g 炭水化物 18.5g 塩分 2.35g 21.1g

20 豚肉のマスタード焼き
なすの味噌炒め



熱量 356kcal 脂質 15.0g 炭水化物 16.2g 塩分 2.71g 27.6g

21 うま玉クリーミーフライ
里芋の煮合わせ



熱量 377kcal 脂質 16.1g 炭水化物 13.7g 塩分 2.43g 31.4g

22 焼肉
納豆



熱量 385kcal 脂質 19.1g 炭水化物 20.3g 塩分 2.30g 20.2g

25 たらこの甘酢焼き
じゃがいものそぼろ煮



熱量 335kcal 脂質 14.5g 炭水化物 10.4g 塩分 2.30g 24.7g

26 油淋鶏
しょうが炒め



熱量 338kcal 脂質 20.7g 炭水化物 21.0g 塩分 2.55g 14.8g

27 茄子の肉詰めフライ
みぞれ煮



熱量 359kcal 脂質 15.1g 炭水化物 17.2g 塩分 2.63g 21.4g

28 豚天
ポークチャップ



熱量 370kcal 脂質 17.2g 炭水化物 20.1g 塩分 2.51g 19.0g

29 親子煮
焼きうどん



熱量 335kcal 脂質 16.2g 炭水化物 17.8g 塩分 2.64g 13.6g

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/>

