

2026 Waku Waku Lunch Menu

8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、お召し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
3 エビフライ ビビンバ風	4 牛肉入りコロッケ スタミナ炒め ゆかりご飯	5 とんかつ カレー	6 かに玉風 マヨ醤油スパゲティ	7 さばの西京焼き マーボー茄子
 熱量 332kcal 脂質 15.5g 炭水化物 25.4g 蛋白質 17.6g 塩分 2.45g	 熱量 392kcal 脂質 14.3g 炭水化物 27.4g 蛋白質 15.1g 塩分 2.42g	 熱量 385kcal 脂質 11.0g 炭水化物 14.5g 蛋白質 18.3g 塩分 2.56g	 熱量 328kcal 脂質 14.6g 炭水化物 26.8g 蛋白質 10.0g 塩分 2.58g	 熱量 336kcal 脂質 14.3g 炭水化物 14.6g 蛋白質 15.8g 塩分 2.26g
10 メンチカツ 回鍋肉	11 山の日 ●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、 「AX」をお願い致します。 ●材料入千の関係で、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、当店の9時15分 までにご連絡ください。	12 鶏肉の照り焼き 豆腐サラダ	 夏休み	
17 マスタードチキンカツ 肉じゃが	18 黒コショウ唐揚げ 豚肉の洋風炒め	19 チーズハンバーグ 焼きうどん	20 タンドリーチキン 千ヶ鍋風	21 エビかつの チリソースかけ フルコギ炒め
 熱量 314kcal 脂質 19.4g 炭水化物 13.5g 蛋白質 12.7g 塩分 2.22g	 熱量 316kcal 脂質 17.9g 炭水化物 15.9g 蛋白質 13.3g 塩分 2.29g	 熱量 365kcal 脂質 15.8g 炭水化物 22.1g 蛋白質 20.8g 塩分 2.26g	 熱量 364kcal 脂質 18.3g 炭水化物 21.0g 蛋白質 16.5g 塩分 2.36g	 熱量 357kcal 脂質 15.9g 炭水化物 17.5g 蛋白質 17.7g 塩分 2.39g
24 油淋鶏 たらこスパゲティ	25 フライドチキン ビーフシチュー	26 酢豚風 海鮮焼きそば	27 ホッケのバター醤油焼き 高野豆腐のそぼろ煮 ふりかけご飯	28 イカカツの卵とじ 温野菜サラダ
 熱量 369kcal 脂質 13.3g 炭水化物 26.9g 蛋白質 13.2g 塩分 2.34g	 熱量 389kcal 脂質 22.4g 炭水化物 13.1g 蛋白質 17.8g 塩分 2.24g	 熱量 341kcal 脂質 16.0g 炭水化物 15.6g 蛋白質 22.5g 塩分 2.39g	 熱量 357kcal 脂質 17.1g 炭水化物 18.4g 蛋白質 21.3g 塩分 2.48g	 熱量 312kcal 脂質 14.9g 炭水化物 14.2g 蛋白質 14.2g 塩分 2.20g
31 はんぺんチーズ サンドフライ すき煮	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 4日 『牛肉入りコロッケ』と ゆかりご飯です。 27日 『ホッケのバター醤油焼き』と ふりかけご飯です。			
 熱量 349kcal 脂質 15.0g 炭水化物 19.9g 蛋白質 20.6g 塩分 2.20g				

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/>

