

10元気弁当



(株)若菜

大宮センター Tel 048-651-3648
 行田センター Tel 048-553-1272
 本庄センター Tel 0495-21-1274
 宮浦センター Tel 0480-85-0242

(株)東食

東食センター Tel 048-854-7881
 ランチサービス(株)
 入間センター Tel 04-2934-3931

お願い 食品の衛生上、当日の午後1時までに、お召し上がりくださるようご協力ください。 <http://www.kyuusyoku-wakana.com> 給食弁当若菜 検索

月	火	水	木	金	土
3 ヒレカツ弁当 ミートボール野菜あん  熱量 842kcal 脂質 25.9g 蛋白質 28.4g 塩分 2.46g Ca	4 ハンバーグ デミソース 春雨チャブチェ  熱量 768kcal 脂質 16.4g 蛋白質 21.7g 塩分 2.17g Fe	5 ふっくらメンチカツ カレーソースがけ ロールキャベツ  熱量 689kcal 脂質 9.3g 蛋白質 17.4g 塩分 2.46g VE	6 チキンムアンバ トマトソース  熱量 787kcal 脂質 19.2g 蛋白質 25.7g 塩分 2.36g 世界のご当地メニュー	7 ベーコン クリームフライ 太刀魚竜田サルサソース  熱量 846kcal 脂質 19.0g 蛋白質 20.3g 塩分 3.52g Fe	1 おまかせメニュー 8
10 スポーツの日 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。 ●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。 	11 肉厚チキンカツ 高野豆腐煮  熱量 656kcal 脂質 12.0g 蛋白質 16.8g 塩分 2.93g Fe	12 豚肉黒胡椒ソース 野菜炒め 当たりくじ入り!  熱量 827kcal 脂質 24.8g 蛋白質 24.4g 塩分 3.26g VE	13 イカ竜田の リグーリア風 (バジルソース)  熱量 763kcal 脂質 17.0g 蛋白質 28.9g 塩分 2.92g 世界のご当地メニュー	14 鶏肉辛味噌焼き ナポリタン  熱量 811kcal 脂質 20.1g 蛋白質 26.0g 塩分 2.04g Ca	15 おまかせメニュー 15
17 たっぷりチーズ IN ハンバーグ トマトソース おすすめ  熱量 723kcal 脂質 15.2g 蛋白質 20.4g 塩分 2.12g Ca	18 エビフライ 黒欧カレー  熱量 690kcal 脂質 13.0g 蛋白質 18.6g 塩分 1.71g Fe	19 豚肉焼肉炒め カレイ天和風あん  熱量 829kcal 脂質 26.8g 蛋白質 24.4g 塩分 3.26g VE	20 豚天 スンドゥブ チゲソース  熱量 744kcal 脂質 21.3g 蛋白質 28.5g 塩分 3.36g 世界のご当地メニュー	21 タンドリーチキン 麻婆春雨  熱量 846kcal 脂質 23.9g 蛋白質 26.1g 塩分 3.96g Ca	22 おまかせメニュー 22
24 チキン ハーブグリル キーマカレー  熱量 808kcal 脂質 25.5g 蛋白質 26.0g 塩分 2.62g Ca	25 カツ煮 筑前煮  熱量 891kcal 脂質 27.1g 蛋白質 30.2g 塩分 2.97g Ca	26 ハンバーグ 和風ソース 変わり金平  熱量 742kcal 脂質 16.0g 蛋白質 22.7g 塩分 2.60g Ca	27 プレヤッサ 鶏ささみ天 青じそセビーチゲソース  熱量 648kcal 脂質 16.5g 蛋白質 20.6g 塩分 3.88g 世界のご当地メニュー	28 ポークチャップ 八宝菜  熱量 811kcal 脂質 27.5g 蛋白質 25.9g 塩分 3.68g Fe	29 おまかせメニュー 29
31 チーズソース IN カボチャの 包み揚げ ハロウィンメニュー  熱量 754kcal 脂質 18.4g 蛋白質 21.2g 塩分 2.20g Ca	寿がきや食品株式会社様 協賛 <h2>食欲の秋キャンペーン!</h2> 10月12日(水)のお弁当の中に当たりくじが入っていたら カップ麺8種セットを100名様にプレゼント!! 				



寿がきや Sugakiya Foods