

埼玉県No.1 弁当・給食で1日60,000食

2023 Waku Waku Lunch Menu

# 9元気弁当

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。



←弁当の詳細情報を  
インスタで  
毎日公開  
しています!

http://www.kyuusyoku-wakana.com 給食弁当若菜 検索



(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  
菖蒲センター Tel 0480-85-0242  
(株)東食  
東食センター Tel 048-854-7881  
ランチサービス 入間センター Tel 04-2934-3931

月	火	水	木	金	土
<p>若菜インスタで 得トク情報ゲット!!</p> <p>TOKUTOKUJYOUHOU</p>	<p>若菜の揚げ油は 健康に良い 高リノール酸豊富な ひまわり油です。</p>		<p>お願い</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●弁当の容器のまま電子レンジで温めないでください。</li> <li>●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。</li> <li>●食数の変更は当日の9時30分までにご連絡ください。</li> </ul>	<p>1 蒸し豆腐の 山賊たれ 中華旨煮</p> <p>熱量 781kcal 脂質 18.6g 蛋白質 26.6g 塩分 2.83g</p>	<p>おまかせメニュー 2</p>
<p>4 Wロース トンカツ</p> <p>熱量 791kcal 脂質 22.8g 蛋白質 24.6g 塩分 2.59g</p>	<p>5 エビフライと 白身フライ 人気</p> <p>熱量 771kcal 脂質 20.1g 蛋白質 25.3g 塩分 2.74g</p>	<p>6 ハンバーグマトソース &amp;魚介だし薫る クリーミーフライ</p> <p>熱量 777kcal 脂質 25.5g 蛋白質 26.4g 塩分 2.37g</p>	<p>7 ビーフ メンチカツ</p> <p>熱量 874kcal 脂質 25.0g 蛋白質 20.9g 塩分 2.14g</p>	<p>8 サーモン塩焼き 豚肉みそ大根煮</p> <p>熱量 761kcal 脂質 19.9g 蛋白質 23.3g 塩分 3.62g</p>	<p>おまかせメニュー 9</p>
<p>11 鶏ササミ天 南蛮ソース 高野豆腐煮</p> <p>熱量 760kcal 脂質 25.3g 蛋白質 22.6g 塩分 2.26g</p>	<p>12 ふっくらアジフライ 野菜おろしソース</p> <p>熱量 769kcal 脂質 16.9g 蛋白質 20.4g 塩分 2.63g</p>	<p>13 Beef IN コロッケ キーマカレー</p> <p>熱量 783kcal 脂質 13.6g 蛋白質 26.5g 塩分 2.06g</p>	<p>14 チキンカツ煮 切昆布煮</p> <p>熱量 843kcal 脂質 20.0g 蛋白質 31.1g 塩分 2.59g</p>	<p>15 ハンバーグ デミソース ちゃんちゃん焼</p> <p>熱量 766kcal 脂質 17.0g 蛋白質 22.9g 塩分 2.73g</p>	<p>おまかせメニュー 16</p>
<p>18 敬老の日</p>	<p>19 夢の国の チキン竜田</p> <p>熱量 835kcal 脂質 20.4g 蛋白質 24.1g 塩分 2.32g</p>	<p>20 自慢の厚切りリ ソーセージカツ イカ天サルサソース</p> <p>熱量 759kcal 脂質 21.4g 蛋白質 26.6g 塩分 2.33g</p>	<p>21 クラッシュペーパー 粒マスタードフライ 春雨チャプチェ</p> <p>熱量 802kcal 脂質 24.7g 蛋白質 23.3g 塩分 2.75g</p>	<p>22 たこべじカツと 辛味噌ダレの肉団子 洋風大根煮</p> <p>熱量 796kcal 脂質 12.9g 蛋白質 21.3g 塩分 2.97g</p>	<p>★ 秋分の日 23</p>
<p>25 サックと ポークメンチカツ わさびソース ナポリタン</p> <p>熱量 875kcal 脂質 15.3g 蛋白質 21.8g 塩分 2.32g</p>	<p>26 天炭火焼ソース 若竹煮</p> <p>熱量 811kcal 脂質 27.5g 蛋白質 26.9g 塩分 2.77g</p>	<p>27 手作り三元豚 ヒレカツ&amp; レッドカレー</p> <p>熱量 801kcal 脂質 22.5g 蛋白質 19.9g 塩分 2.79g</p>	<p>28 肉詰め ポークコロッケ ミートボール和風あん</p> <p>熱量 755kcal 脂質 16.0g 蛋白質 20.0g 塩分 2.48g</p>	<p>29 ハンバーグ BBQソース&amp; チキンカツ ピーチチャーシュー</p> <p>熱量 790kcal 脂質 17.6g 蛋白質 23.5g 塩分 2.30g</p>	<p>おまかせメニュー 30</p>

絶対お得!!  
豪華な主菜が楽しみな  
デリシャス7day



7(木) ビーフ  
メンチカツ



19(火) 夢の国の  
チキン竜田



27(水) 手作り三元豚  
ヒレカツ&  
レッドカレー

9月限定

## うな重

毎日 100食 限定

完全予約制

### 1,000円で販売いたします!

※土日・祝日は行いません。※前日までに担当センターに注文してください。

日頃の感謝を  
込めて

7月から9月 総額30万円+おまけ5万円

## ご愛顧BIGチャンスくじ

<p>ゴールド賞 3か月で60食 召し上がっていただいたお客様</p> <p>50000円分 3名様</p> <p>5万円分のJTB 選べるギフト旅行券 「たびもの撰 橘」</p>	<p>シルバー賞 3か月で50食 召し上がっていただいたお客様</p> <p>3名様</p> <p>Dyson Pure Hot+Cool 空気清浄機能付き ファンヒーター</p>	<p>ブロンズ賞 3か月で40食 召し上がっていただいたお客様</p> <p>10名様</p> <p>国産和牛ギフト 健勝</p>
--	--	---

この企画は、3か月間単位で40食以上  
召し上がっていただいたお客様を対象に  
抽選で豪華商品をプレゼント。

10月大抽選会

日本食研株式会社様 協賛 mishima

## プレゼント キャンペーン

石炭グループの  
お弁当を食べて  
プレゼントを  
ゲットしよう!

7月19日(火)のお弁当の中に  
当たりくじが入っていたら  
日本食研のドレッシング&  
焼肉のたれのセットを  
100名様にプレゼント!!

※当たりくじと交換に商品をお渡しします。担当センターの事務所までご連絡ください。