

埼玉県No.1 弁当・給食で1日65,000食

2023 Waku Waku Lunch Menu

11 元気わくわく弁当

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。



↑弁当の詳細情報をインスタで毎日公開!

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



株式会社 若(わかな)菜
おいしい健康

(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
高瀬センター 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>1 かりかり ささみ揚げ紅生姜シルバースラタ</p> <p>熱量 805kcal 脂質 19.4g 蛋白質 22.5g Ca 19.4g</p>	<p>2 濃厚トマトポテト天トマトソース肉じゃが</p> <p>熱量 711kcal 脂質 12.1g 蛋白質 17.2g Ca 2.29g</p>	<p>3 文化の日</p> <p>熱量 795kcal 脂質 18.1g 蛋白質 22.2g Fe 2.68g</p>	<p>おまかせメニュー</p>
<p>6 青森県産 ホッケフライ 自家製タルタルソース 五目びじき煮</p> <p>熱量 743kcal 脂質 19.4g 蛋白質 22.6g Ca 19.4g</p>	<p>7 炭火香る チキンステーキ サバ竜田キノコソース</p> <p>熱量 790kcal 脂質 14.8g 蛋白質 19.7g Fe 2.02g</p>	<p>8 味付きメンチカツ 中華旨煮</p> <p>熱量 792kcal 脂質 22.4g 蛋白質 26.5g Ca 1.50g</p>	<p>9 バーブピカタ 親子煮</p> <p>熱量 812kcal 脂質 27.2g 蛋白質 27.1g Ca 3.50g</p>	<p>10 ギュウ!!とつまった コーンコロケ ケーマカレー</p> <p>熱量 795kcal 脂質 18.1g 蛋白質 22.2g Fe 2.68g</p>	<p>おまかせメニュー</p>
<p>13 クラッシュペーゴン粒マスタードフライ 春雨チャプチェ</p> <p>熱量 749kcal 脂質 19.8g 蛋白質 22.4g Ca 3.05g</p>	<p>14 Wロース トンカツ</p> <p>熱量 791kcal 脂質 16.8g 蛋白質 19.7g VE 2.79g</p>	<p>15 カニ風味 プラタンフライ 高野豆腐煮</p> <p>熱量 754kcal 脂質 22.9g 蛋白質 23.9g VE 2.20g</p>	<p>16 アジフライ 納豆</p> <p>熱量 780kcal 脂質 22.5g 蛋白質 21.2g Ca 2.29g</p>	<p>17 北海道チーズ IN メンチカツ ホワイトカレー</p> <p>熱量 773kcal 脂質 18.9g 蛋白質 23.1g Ca 2.16g</p>	<p>おまかせメニュー</p>
<p>20 エビカツプレミアムサルサソース チリコジカン</p> <p>熱量 750kcal 脂質 19.4g 蛋白質 20.4g VE 2.50g</p>	<p>21 チキンカツ煮 サーモン塩焼き</p> <p>熱量 744kcal 脂質 12.2g 蛋白質 18.5g Ca 3.40g</p>	<p>22 ハンバーグ デミソース かき揚げ</p> <p>熱量 712kcal 脂質 25.5g 蛋白質 23.4g Ca 3.40g</p>	<p>23 勤労感謝の日</p> <p>お願い</p> <ul style="list-style-type: none"> ●弁当の容器のまま電子レンジで温めないでください。 ●材料入手の遅れでメニューが一部変更することがありますご了承ください。 ●食数の変更は当日の9時30分までにご連絡ください。 	<p>24 ベーコン香る ジャーマンポテトフライ イカ大根煮</p> <p>熱量 735kcal 脂質 15.6g 蛋白質 17.5g Ca 1.51g</p>	<p>おまかせメニュー</p>
<p>27 秋野菜の揚げ焼カレー チキンカツ</p> <p>熱量 760kcal 脂質 18.7g 蛋白質 25.4g Fe 2.74g</p>	<p>28 国産牛すじ入りコロケ お魚ちらし揚げカニ青菜あん</p> <p>熱量 710kcal 脂質 13.5g 蛋白質 20.2g Ca 2.23g</p>	<p>29 サクッとポークメンチカツ わさびソースP</p> <p>熱量 804kcal 脂質 19.8g 蛋白質 26.1g Fe 2.48g</p>	<p>30 トマト ベーコンカツ 洋風大根煮</p> <p>熱量 742kcal 脂質 21.4g 蛋白質 21.8g Fe 2.34g</p>	<p>おまかせメニュー</p>	

絶対お得!! 豪華な主菜が楽しみな
デリシャス7day



11月限定

専用つゆと4分半で完成!

毎日100食限定

鍋焼きで作る熱々!! 熟成ローストンカツ煮

調理前

調理後

完全予約制

800円で販売いたします!

※土日・祝日に行いません。※前日まで担当センターに注文してください。

LINE公式アカウントをスタートしました。

左のQRコードを読み込んで、「友だち登録」をお願いします!

LINE友だち登録いただくとお得な情報が届きます!

11月から1月の3カ月でお弁当を30食以上ご注文いただいた方に

ご愛顧BIGチャンスくじ

創業44周年記念 大当たり賞 4名様

商品を選ぶ新しいギフトカタログ

★10種の交換商品例

EXETIME 豪華商品 2000点以上 豪華贈品のラインナップ

残念賞

選べる 国産和牛ギフト 健勝 10名様

選りすぐりの上質な国産牛肉をお楽しみいただけます!

抽選で豪華商品をプレゼント! 2月大抽選会

LINEで毎月抽選! 20名様 北海道産直品プレゼント!

300g×2箱 送料 無料

11月17日(金)の「北海道ご当地メンチカツ」を食べた方の中から抽選で20名様に北海道産ほたて貝柱300g×2箱をプレゼント!

参加QRコード

参加方法は右のQRコードを読み込んでアンケートに回答いただくだけで応募が完了します。