

埼玉県No.1 弁当・給食で1日65,000食

2025 Waku Waku Lunch Menu

4元気わく弁当



株式会社 若(わかな)菜
おいしい健康

wakana

GENKIBENTOU

↑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)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

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。

月	火	水	木	金	土
 若菜インスタで 得トク情報ゲット!! 795kcal 脂質 24.7g 食塩量 2.39g Ca 2 ハンバーグ BBQソース 完熟トマトのピザロール	822kcal 脂質 25.0g 食塩量 2.59g Fe 2 さんま梅肉 大葉フライと 海鮮チヂミ	853kcal 脂質 21.8g 食塩量 28.1g Fe 3 カツ煮 三角こんにゃく煮	811kcal 脂質 19.0g 食塩量 21.3g Ca 4 メンチカツ アブラカレイあんかけ	おまかせメニュー 5	おまかせメニュー 5
822kcal 脂質 25.4g 食塩量 2.76g Ca 7 フライドチキン 中華旨煮 人気メニュー	891kcal 脂質 17.9g 食塩量 17.5g Ca 8 菜の花と筍コロケ シーフードステーキ トマトソース	816kcal 脂質 19.7g 食塩量 26.3g Ca 9 カレー包み メンチカツ 五目ひじき煮	825kcal 脂質 21.8g 食塩量 28.1g Ca 10 えび大葉 チーズフライ 麻婆春雨	806kcal 脂質 23.6g 食塩量 20.3g Fe 11 やみつき ハムキャベツカツ 黒欧カレー	おまかせメニュー 12
866kcal 脂質 25.4g 食塩量 2.69g Ca 14 二層のブラック カレーコロケ おすすめ	836kcal 脂質 21.3g 食塩量 22.0g Ca 15 鶏ゴボウカツ ジューシー肉餃子麻婆あん	814kcal 脂質 19.9g 食塩量 24.4g Ca 16 俵メンチカツ 豚肉みそ大根煮	855kcal 脂質 21.8g 食塩量 22.9g Fe 17 えびカツ プレミアム 超人気メニュー	808kcal 脂質 27.6g 食塩量 21.0g Fe 18 野菜コロケ キーマカレー	おまかせメニュー 19
823kcal 脂質 20.3g 食塩量 25.3g Fe 21 鶏天 高野豆腐煮	795kcal 脂質 21.0g 食塩量 19.0g Ca 22 ハンバーグ トマトソース アジ磯辺フライ	800kcal 脂質 19.9g 食塩量 24.4g Fe 23 ごま油香る 旨塩じゃがコロケ 洋風大根煮	846kcal 脂質 18.6g 食塩量 25.0g Ca 24 Wローズ トンカツ	830kcal 脂質 19.0g 食塩量 23.3g Ca 25 チキンカツ インド風スパイスカレー	おまかせメニュー 26
852kcal 脂質 20.0g 食塩量 26.5g Fe 28 唐揚げ わさびソースP 人気メニュー	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。 ・材料入手の都合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。 806kcal 脂質 22.8g 食塩量 22.1g Ca 29 昭和の日	806kcal 脂質 22.8g 食塩量 22.1g Ca 30 イタリアン トマトフライ チキンクリームシチュー	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。		

絶対お得!! 豪華な主菜が楽しみな
デリシャス7day



7(月)

人気メニュー

フライドチキン 中華旨煮



17(木)

超人気メニュー

えびカツ プレミアム



28(月)

人気メニュー

唐揚げ わさびソースP

ステーキ丼
肉厚チキン

4月数量限定



大好評につき
期間延長

毎日
50食
限定

完全予約制

600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。