

埼玉県No.1 弁当・給食で1日65,000食

2025 Waku Waku Lunch Menu

8元気わく弁当



↑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

wakana



(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!! 4 照りマヨソース IN ハンバーグ 照焼きソース スパイシーカレーの包み揚げ 熱 量 773kcal 脂 質 22.0g 蛋白質 21.3g 糖 分 2.81g	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。	 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。	7 えびカツ プレミアム 熱 量 816kcal 脂 質 21.8g 蛋白質 21.9g 糖 分 2.58g	1 ハムポテト サラダフライ 餃子麻婆あん 熱 量 823kcal 脂 質 19.3g 蛋白質 26.7g 糖 分 2.48g	おまかせメニュー 2 8 白身天・とり天 ミニメンチカツ 熱 量 832kcal 脂 質 19.9g 蛋白質 22.5g 糖 分 2.31g

11 山の日

元気弁当の
カロリー表示に
ご飯は含まれて
います。

12(火)~16(土) 夏休み

18 こんがり直火焼 ハンバーグ 絶品デミソース チキンカツ 熱 量 829kcal 脂 質 24.3g 蛋白質 24.6g 糖 分 3.37g	19 紅ズワイガニ入り クリームコロッケ ミニボールホワイトソース 熱 量 812kcal 脂 質 18.6g 蛋白質 22.0g 糖 分 3.21g	20 ソーセージかつ サルサソース 洋風大根煮 熱 量 800kcal 脂 質 24.3g 蛋白質 24.6g 糖 分 2.37g	21 ジューシー メンチカツ スパイシー カレー 熱 量 824kcal 脂 質 24.6g 蛋白質 27.4g 糖 分 2.88g	22 夏野菜 カレーコロッケ 熱 量 817kcal 脂 質 25.9g 蛋白質 23.2g 糖 分 3.45g
25 かぼちゃコロッケ ミートボールデミソース 熱 量 788kcal 脂 質 16.9g 蛋白質 25.6g 糖 分 2.35g	26 カツ煮 炊き合わせ 熱 量 843kcal 脂 質 25.5g 蛋白質 24.9g 糖 分 3.51g	27 しゅうまい 弁当 熱 量 801kcal 脂 質 26.8g 蛋白質 18.9g 糖 分 3.25g	28 二層の明太子 コロッケ 蓮根肉詰めフライ 熱 量 823kcal 脂 質 21.3g 蛋白質 23.7g 糖 分 2.38g	29 国産キャベツの メンチカツ 黒欧カレー 熱 量 841kcal 脂 質 25.3g 蛋白質 26.9g 糖 分 2.32g

絶対お得!! 豪華な主菜が楽しみな
デリシャス7day

7(木)

**えびカツ
プレミアム**

18(月)

BIG

**こんがり直火焼
ハンバーグ
絶品デミソース
チキンカツ**

27(水)

しゅうまい弁当

8月限定

うな重

無くなり次第
終了!!



1,000円(税込)で
販売いたします!

毎日
50食
限定

完全
予約制

※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。

カレーの日は
「健康麦ごはんの日」

麦ご飯の健康効果パワー

- ・腸内環境を整える大腸がん予防に役立つ
- ・食後の血糖上昇を抑える
- ・コレステロールのバランスを良好に保つ
- ・糖尿病の予防に役立つ
- ・高血圧の予防に役立つ
- ・便秘の改善に役立つ
- ・メタボの解消に役立つ
- ・免疫力を高める

ビタミンB1、
ビタミンE、
カルシウム、
カリウムなど
栄養豊富な
「健康麦ご飯」



麦3割・白米7割の麦ご飯200gで
レタス1個分の食物繊維を取れます!
水溶性食物繊維「β-グルカン」豊富で
コレステロールを下げる働き!
使用する押もち麦は、国産大麦で
(株)はくばくの一良品です!