

9元気わく弁当

埼玉県No.1 弁当・給食で1日65,000食
2026 Waku Waku Lunch Menu

株式会社 若(わかな)菜
おいしい健康
wakana

↑弁当の詳細情報をインスタで毎日公開!
<http://www.kyuuusyoku-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!!	1 絶品たまご オニオンコロッケ 鶏の竜田揚げ玉葱ソース 熱: 553kcal 脂: 34.7g 炭: 23.3g 鉄: 2.68g	2 おっきなピーマン 肉詰めフライ スパイシー カレー 熱: 822kcal 脂: 21.9g 炭: 25.9g 鉄: 2.47g	3 ハンバーグ サルサソース& エビカツ 熱: 755kcal 脂: 21.8g 炭: 26.1g 鉄: 2.75g	4 ズワイガニ入り クリーミーコロッケ コロコロステーキ風サラダ 熱: 789kcal 脂: 22.0g 炭: 21.3g 鉄: 2.81g	おまかせメニュー 5
7 三元豚の とんかつ キーマカレー 熱: 556kcal 脂: 25.4g 炭: 27.0g 鉄: 2.76g	8 コーンの 海鮮詰めフライ 水餃子麻婆あん 熱: 533kcal 脂: 31.9g 炭: 20.9g 鉄: 2.67g	9 ホクホク厳選 ジャガイモコロッケ 高野豆腐煮 熱: 812kcal 脂: 19.7g 炭: 21.3g 鉄: 2.38g	10 鶏唐揚げ &春巻 麻婆春雨 熱: 644kcal 脂: 21.8g 炭: 26.1g 鉄: 2.75g	11 イカ磯部かつ 中華旨煮 熱: 835kcal 脂: 23.6g 炭: 23.0g 鉄: 2.92g	おまかせメニュー 12
14 ジューシー メンチカツ ソース焼きそば 熱: 801kcal 脂: 22.3g 炭: 18.8g 鉄: 2.43g	15 ロース とんかつ煮 豚肉みそ大根煮 熱: 823kcal 脂: 23.5g 炭: 19.4g 鉄: 2.57g	16 肉じゃが コロッケ 黒欧カレー 熱: 822kcal 脂: 19.9g 炭: 24.4g 鉄: 2.00g	17 宮城県産 金華銀鮭塩焼き 熱: 759kcal 脂: 21.8g 炭: 22.5g 鉄: 2.11g	18 鶏天・肉団子の チリソース 春雨チャブチェ 熱: 822kcal 脂: 23.8g 炭: 24.6g 鉄: 2.89g	おまかせメニュー 19
21 敬老の日	22 国民の休日	23 秋分の日	24 ハンバーグ BBQソース 変わり金平 熱: 789kcal 脂: 24.2g 炭: 26.3g 鉄: 2.46g	25 チキンカツ 五目ひじき煮 熱: 805kcal 脂: 23.7g 炭: 23.3g 鉄: 2.85g	おまかせメニュー 26
28 有頭海老フライ ・白身フライ 熱: 819kcal 脂: 20.0g 炭: 23.3g 鉄: 2.94g	29 チキン竜田 熱: 826kcal 脂: 20.8g 炭: 21.9g 鉄: 2.52g	30 Wロース トンカツ カレー 熱: 823kcal 脂: 22.8g 炭: 25.9g 鉄: 2.43g	元気弁当の カロリー表示に ご飯は含まれています。 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。		

絶対お得!!
豪華な主菜が楽しみな
デリシャス7day

7(月)

大人気
メニュー

**三元豚の
とんかつ**
キーマカレー

17(月)

絶品
メニュー

**宮城県産
金華銀鮭塩焼き**

9月限定

※平日・祝日は行いません。

完全
予約制

毎日
50食
限定

800円(税込)で販売いたします!

極上海鮮天丼
特選海老天・
大穴子天・
イカ天・

28(月)

大人気
メニュー

**有頭海老フライ
・白身フライ**