

埼玉県No.1 弁当・給食で1日65,000食

2026 Waku Waku Lunch Menu

10元気わく弁当

お願い 食品の衛生上、当日の午後1時まで、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

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

月	火	水	木	金	土
 若菜インスタで 得トク情報ゲット!! 5 ローストンカツ チキンカレー 熱 量 824kcal 脂 質 19.9g 蛋白質 21.3g 糖 分 2.26g	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。 6 ハムポテト サラダフライ 変わり金平 熱 量 822kcal 脂 質 21.3g 蛋白質 23.0g 糖 分 2.33g	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。 7 霧島黒豚 メンチカツ 熱 量 822kcal 脂 質 20.0g 蛋白質 23.5g 糖 分 2.54g	1 天ぷら盛り合わせ 【のどぐろ天・ イカ天・かき揚げ】 ハンバーグ デミソース 熱 量 852kcal 脂 質 26.6g 蛋白質 23.7g 糖 分 2.21g	2 メンチカツ さわら竜田野菜あん 熱 量 840kcal 脂 質 24.7g 蛋白質 23.5g 糖 分 2.11g	おまかせメニュー 3
12 スポーツの日	13 ジューシー メンチカツ 親子煮 熱 量 833kcal 脂 質 21.9g 蛋白質 23.5g 糖 分 2.55g	14 カレーコロッケ 水餃子麻婆あん 熱 量 824kcal 脂 質 20.6g 蛋白質 20.0g 糖 分 3.01g	8 中華弁当 熱 量 842kcal 脂 質 21.6g 蛋白質 23.7g 糖 分 2.21g	9 アジフィーレ フライ 大根煮 熱 量 823kcal 脂 質 24.7g 蛋白質 21.3g 糖 分 2.11g	おまかせメニュー 10
19 ふっくら焼き上げ ハンバーグ サルサソース 熱 量 810kcal 脂 質 23.9g 蛋白質 26.0g 糖 分 2.60g	20 大判海鮮 かき揚げ 高野豆腐煮 熱 量 851kcal 脂 質 24.6g 蛋白質 20.5g 糖 分 1.53g	21 北海道産 チーズ入りコロッケ 黒欧カレー 熱 量 833kcal 脂 質 19.2g 蛋白質 20.0g 糖 分 2.95g	22 カツ煮 炊き合わせ 熱 量 835kcal 脂 質 20.1g 蛋白質 23.0g 糖 分 2.66g	23 白身魚フライ 洋風大根煮 熱 量 838kcal 脂 質 25.0g 蛋白質 21.3g 糖 分 2.05g	おまかせメニュー 24
26 チキン竜田 サーモンクリームシチュー 熱 量 842kcal 脂 質 20.8g 蛋白質 25.4g 糖 分 2.67g	27 Wやわらか ヒレカツ 熱 量 856kcal 脂 質 23.0g 蛋白質 22.9g 糖 分 2.99g	28 コーンコロッケ 大根野菜あん 熱 量 812kcal 脂 質 21.3g 蛋白質 23.2g 糖 分 3.19g	29 ジャンボハンバーグ BBQソース 熱 量 844kcal 脂 質 23.6g 蛋白質 28.5g 糖 分 2.72g	30 メンチカツ パリッとウインナーチリソース 熱 量 823kcal 脂 質 25.0g 蛋白質 21.3g 糖 分 2.09g	おまかせメニュー 31

絶対お得!! 豪華な主菜が楽しみな

デリシャス7day



7(水) 霧島黒豚メンチカツ



19(月) ふっくら焼き上げハンバーグサルサソース



27(火) Wやわらかヒレカツ

創立記念メニュー

10/1(木)



是非どうぞ! のどぐろ天使用

極みヒレカツの
ビーフカレーライス

10月限定



800円(税込)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。

完全予約制

毎日50食限定