

埼玉県No.1 弁当・給食で1日65,000食

2026 Waku Waku Lunch Menu

11元気わく弁当

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

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
2 ハンバーグ BBQソース& チーズチキンカツ 熱: 822kcal 脂: 20.6g 糖: 23.6g Fe 2.6g	3 文化の日	4 チーズ入り二層の ポテトコロッケ キーマカレー 熱: 832kcal 脂: 21.9g 糖: 22.9g Ca 2.5g	5 ジューシー メンチカツ 揚げ出し豆腐のきのこあん 熱: 843kcal 脂: 21.8g 糖: 22.3g Fe 2.4g	6 こたわり野菜かき揚げ まぼっけ塩焼き 筑前煮 熱: 819kcal 脂: 23.8g 糖: 20.1g Ca 2.5g	おまかせメニュー 7
9 W海老フライ 黒欧カレー 熱: 823kcal 脂: 20.6g 糖: 15.6g Ca 2.2g	10 カツ煮 ニシンフィレ塩焼き 熱: 854kcal 脂: 30.8g 糖: 20.0g Ca 2.4g	11 玉葱メンチカツ トマトソース 高野豆腐煮 熱: 822kcal 脂: 24.0g 糖: 24.0g Fe 2.5g	12 のり弁風弁当 熱: 832kcal 脂: 21.3g 糖: 20.4g Ca 2.2g	13 贅沢たらこフライ 肉じゃが 熱: 827kcal 脂: 20.0g 糖: 20.0g Ca 2.5g	おまかせメニュー 14
16 青椒肉絲 ノンフライDAY 熱: 822kcal 脂: 18.5g 糖: 21.3g VE 2.3g	17 三元豚の とんかつ 熱: 841kcal 脂: 22.3g 糖: 20.0g Ca 2.4g	18 国産牛すじ入り コロッケ まぼっけ塩焼き 熱: 815kcal 脂: 23.9g 糖: 21.9g Fe 2.6g	19 海老フライ& さば磯部フライ 絹揚げ豆腐麻婆あん 熱: 835kcal 脂: 26.0g 糖: 25.0g Ca 2.5g	20 美味しい粗挽きつね 和風野菜あん ねぎ塩豚野菜炒め 熱: 826kcal 脂: 22.9g 糖: 24.3g VE 2.5g	おまかせメニュー 21
23 勤労感謝の日	24 ハンバーグ トマトソース& チーズチキンカツ 親子煮 熱: 834kcal 脂: 23.4g 糖: 19.0g Ca 2.3g	25 ハケ岳野辺山 高原牛乳使用 カニクリームコロッケ スパイシーカレー 熱: 835kcal 脂: 20.3g 糖: 23.5g Ca 2.5g	26 若鶏のガーリックバター ポテト巻カツ 餃子麻婆あん 熱: 836kcal 脂: 22.0g 糖: 24.8g Ca 2.6g	27 ジャンボ アジフライ 熱: 851kcal 脂: 21.8g 糖: 21.9g Fe 2.5g	おまかせメニュー 28
30 具沢山かき揚げ サワラ照焼き 熱: 833kcal 脂: 24.3g 糖: 21.0g Ca 2.8g	 TOKUTOKUJYUHO 若菜インスタで 得トク情報ゲット!!	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。	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

デリシヤス7day

9(月)



W海老フライ
黒欧カレー

大人気
メニュー

17(火)



三元豚の
とんかつ

大人気
メニュー

27(金)



ジャンボ
アジフライ

大人気
メニュー

11月限定

完全
予約制

毎日
50食
限定

1,000円(税込)で販売いたします!

うなトロロ重



※土日、お盆は行いません。
※前日までに各センターまでお申し込みください。