

12元気弁当



わくわくらんち前橋 ● フードコーディネーター

齊藤クリエート食品(株)

〒379-2114 前橋市上増田町258番地11
Tel.027-267-1433 Fax.027-267-1434

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
		1 ハンバーグおろしソースかけ やきそば	2 ハムカツ 中華旨煮 他4品	3 さわら塩焼き 春雨チャプチェ	4 おまかせ メニュー
	●弁当の容器のまま電子レンジで温めないでください。 ●ご連絡は間違い防止のため、FAXでお願いします。 ●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。	熱量 766 kcal 炭水化物 123.8 g 蛋白質 22.3 g 塩分 3 g 脂質 18.4 g	熱量 768 kcal 炭水化物 118.6 g 蛋白質 16.5 g 塩分 2.5 g 脂質 23.6 g	熱量 692 kcal 炭水化物 125.3 g 蛋白質 16.4 g 塩分 2 g 脂質 11.9 g	
6 チキンカツ ゆず胡椒風味 筑前煮	7 豚キムチ パンサンスー	8 グラタンコロッケ ペパロンチーノ	9 カツ煮 切干大根煮	10 油淋鶏風 ビーフソテー 他4品	11 おまかせ メニュー
熱量 742 kcal 炭水化物 126.2 g 蛋白質 21 g 塩分 3.3 g 脂質 14.9 g	熱量 686 kcal 炭水化物 132.2 g 蛋白質 13.4 g 塩分 2.7 g 脂質 10.4 g	熱量 857 kcal 炭水化物 123.7 g 蛋白質 18.9 g 塩分 2.8 g 脂質 29 g	熱量 851 kcal 炭水化物 118 g 蛋白質 21.4 g 塩分 3.3 g 脂質 30.5 g	熱量 903 kcal 炭水化物 117.8 g 蛋白質 21.3 g 塩分 3.3 g 脂質 35.7 g	
13 イワシフライ カレー	14 とんかつ 塩やきそば 他4品	15 鶏の照り焼き 切昆布煮	16 メンチカツ 担々風春雨	17 白身魚フライ シチュー	18 おまかせ メニュー
熱量 875 kcal 炭水化物 132.8 g 蛋白質 21.6 g 塩分 3.2 g 脂質 25.6 g	熱量 922 kcal 炭水化物 117.1 g 蛋白質 24.8 g 塩分 3.6 g 脂質 36.3 g	熱量 708 kcal 炭水化物 121.9 g 蛋白質 20.4 g 塩分 2.8 g 脂質 13.8 g	熱量 713 kcal 炭水化物 127 g 蛋白質 16.7 g 塩分 2.5 g 脂質 14 g	熱量 739 kcal 炭水化物 122 g 蛋白質 23.2 g 塩分 3.3 g 脂質 15.3 g	
20 野菜コロッケ 麻婆豆腐	21 旨辛チキン 海藻サラダ 他4品	22 アジ南蛮 茄子ピリ辛炒め	23 ソースカツ ふるさと煮 他4品	24 ハンバーグ デミグラスソースかけ マトソースでグッツァイ	25 おまかせ メニュー
熱量 768 kcal 炭水化物 123.2 g 蛋白質 19.4 g 塩分 2.7 g 脂質 20.2 g	熱量 861 kcal 炭水化物 120.8 g 蛋白質 26.9 g 塩分 2.8 g 脂質 27.7 g	熱量 698 kcal 炭水化物 128.2 g 蛋白質 19.7 g 塩分 3.1 g 脂質 10.1 g	熱量 871 kcal 炭水化物 117.9 g 蛋白質 21.6 g 塩分 3.3 g 脂質 32.6 g	熱量 834 kcal 炭水化物 134.1 g 蛋白質 24.1 g 塩分 3.9 g 脂質 20.7 g	
27 エビチズカツ ラタトゥイユ	28 かぼちゃコロッケ 白菜クリーム煮	今月のおすすめ ★ 2日 ハムカツ ★ 21日 旨辛チキン ★ 印もオススメです。			当社は国産米を使用しています。 ご飯100g 168kcal
熱量 732 kcal 炭水化物 121.9 g 蛋白質 20.7 g 塩分 3.4 g 脂質 16.2 g	熱量 822 kcal 炭水化物 128.7 g 蛋白質 17 g 塩分 3.5 g 脂質 24.5 g				

「お願い」

安心・安全なご昼食をお届けする為に、ご連絡は9:15分までにFAX又は電話にてお願い致します。

尚、弊社の営業時間は8:00～17:00となっております。

営業時間外でのご連絡はFAXのご利用をお願い申し上げます。

FAX027-267-1434

(TEL027-267-1433)