

# 2024 Waku Waku Lunch Menu

# 4元気弁当

わくわくらんち全国ネットワーク加盟店



わくわくらんち前橋・ふれあい福祉フードサービス  
**斉藤クリエート食品(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。 <http://www.wakuwaku-lunch.co.jp> わくわくらんち 検索

月	火	水	木	金	土
<b>1</b> 豚ロースのかば焼き  豚ロース焼売 245 12.1 11.4 23.5 2.4 Kcal g g g g	<b>2</b> カツ煮  青梗菜中華山え 458 17.0 32.2 21.2 2.6 Kcal g g g g	<b>3</b> 鶏の醤油麹焼き  野菜のかば揚げ 295 18.7 17.0 14.9 1.3 Kcal g g g g	<b>4</b> 春キャベメンチカツ  ナポリ 346 15.5 20.6 23.5 6.2 Kcal g g g g	<b>5</b> ★チキンカツと焼肉合い盛り  450 27.2 27.4 21.5 2.1 Kcal g g g g	<b>6</b> おまかせメニュー
<b>8</b> ★チキンステーキ和風スタミナ醤油  揚げ水餃子しょうが醤油 284 16.7 16.2 16.9 1.8 Kcal g g g g	<b>9</b> ハンバーグデミソース  エビフライ 404 17.7 23.4 31.1 2.3 Kcal g g g g	<b>10</b> フラックペッパーハムたまフライ  ジャンボぎょうざ 344 11.6 20.9 27.7 2.9 Kcal g g g g	<b>11</b> ソースヒレカツ  396 12.2 19.8 15.5 1.7 Kcal g g g g	<b>12</b> ★鶏タツタ  春のタルタルソース 388 10.5 32.1 12.6 1.9 Kcal g g g g	<b>13</b> おまかせメニュー
<b>15</b> ベーコンマヨカツ  ふわとろチーズオムレツ 401 17.8 27.2 17.9 1.9 Kcal g g g g	<b>16</b> 濃厚味噌カツ煮風  フロッキーとシーフードの炒め 345 12.6 22.5 23.4 2.2 Kcal g g g g	<b>17</b> 酢鶏  441 17.2 26.5 32.3 4.2 Kcal g g g g	<b>18</b> ★国産牛すじ入りコロッケ  ペペロンチーノ 241 7.7 9.3 32.5 2.0 Kcal g g g g	<b>19</b> たっぶりベーコン粒マスタードフライ  ピーマン肉詰めフライ 293 6.8 15.9 31.8 1.3 Kcal g g g g	<b>20</b> おまかせメニュー
<b>22</b> 塩だれ焼肉  揚げ出し豆腐 325 15.9 19.7 20.3 4.1 Kcal g g g g	<b>23</b> ★ハンバーグ  ～とまととデミの濃厚ソース～ 425 16.0 22.5 39.8 3.8 Kcal g g g g	<b>24</b> サーモンスパイシーマヨ焼き  豚ロース玉ねぎ串カツ 281 16.6 17.6 12.6 1.0 Kcal g g g g	<b>25</b> ★鶏から黒胡椒うまだれ  ごぼうチャブチ 360 13.6 24.9 18.9 3.2 Kcal g g g g	<b>26</b> 豚の生姜焼き  オクラのすい身揚げ 281 13.9 18.3 16.5 4.5 Kcal g g g g	<b>27</b> おまかせメニュー
<b>29</b> お休み 	<b>30</b> 野菜肉巻きフライ  しお焼きそば 326 10.0 37.8 42.2 1.8 Kcal g g g g	今月のおすすめ ★ 5日 チキンカツと焼肉合い盛り ★ 8日 チキンステーキ和風スタミナ醤油 ★ 12日 鶏タツタ 春のタルタルソース ★ 18日 国産牛すじ入りコロッケ ★ 23日 ハンバーグ～とまととデミの濃厚ソース～ ★ 25日 鶏から黒胡椒うま辛だれ			●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をお願いします。 ●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。 ●お米は国産米を使用しています

「お願い」

安心・安全な昼食をお届けする為に、ご連絡は9：00までにFAXまた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。

FAX 027-267-1434  
 (TEL 027-267-1433)