

# 2023 Waku Waku Lunch Menu

# 5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>

月	火	水	木	金	土
1 お休み	2 お休み	3 憲法記念日 	4 みどりの日 	5 こどもの日 	6 おまかせメニュー
<ul style="list-style-type: none"> <li>●弁当の容器のまま電子レンジで温めないでください。</li> <li>●ご連絡は間違い防止のため、FAXをお願いします。</li> <li>●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ご了承ください。</li> </ul>					
8 <b>国産鶏</b> ハニーマスタードカツ ふんわり豆腐寄せ	9 白身魚磯辺フライ 鶏ときのこの玉子焼き	10 ハンバーグ カレーソース	11 アスパラベーコンカツ ジャンボしゅーまい	12 唐揚げ★ オニオンポン酢	13 おまかせメニュー
15 あじフライ 豆腐ハンバーグ	16 チキンカツ★ よだれ鶏風タレ	17 黒毛和牛 メンチカツ	18 回鍋肉	19 たこカツ 野菜肉巻き	20 おまかせメニュー
22 10種の チーズinメンチカツ 棒餃子	23 ペPPERチキン 野菜コロッケ	24 豚キムチ 鶏ごま竜田	25 ハンバーグ バーベキューソース	26 手切り! ヒレカツ★	27 おまかせメニュー
29 ビーフカツ きのこのチーズオムレツ	30 旬(とき)さば塩焼き 国産牛すじ入コロッケ	31 とんかつ	<div style="text-align: center;"> <p>当社は国産米を使用しています。</p> <p>ご飯220g 370kcal</p> <p>★ 今月のおすすめ ★</p> <p>12日 唐揚げ オニオンポン酢 16日 チキンカツ よだれ鶏風タレ 26日 手切り ヒレカツ</p> </div>		
<p>熱量 708kcal 炭水化物 113.8g                  蛋白質 20.5g 塩分 2.6g                  脂質 17.3g</p>	<p>熱量 716kcal 炭水化物 122.3g                  蛋白質 19.5g 塩分 4.8g                  脂質 15.5g</p>	<p>熱量 817kcal 炭水化物 131.5g                  蛋白質 25.4g 塩分 4.2g                  脂質 19.2g</p>	<p>熱量 775kcal 炭水化物 134.6g                  蛋白質 16.8g 塩分 3.2g                  脂質 17.3g</p>	<p>熱量 865kcal 炭水化物 110.5g                  蛋白質 24.0g 塩分 4.8g                  脂質 34.1g</p>	
<p>熱量 802kcal 炭水化物 129.4g                  蛋白質 24.7g 塩分 3.6g                  脂質 19.1g</p>	<p>熱量 740kcal 炭水化物 124.7g                  蛋白質 20.2g 塩分 4.0g                  脂質 16.3g</p>	<p>熱量 724kcal 炭水化物 124.9g                  蛋白質 17.4g 塩分 4.8g                  脂質 15.9g</p>	<p>熱量 714kcal 炭水化物 126.7g                  蛋白質 18.8g 塩分 3.1g                  脂質 12.6g</p>	<p>熱量 709kcal 炭水化物 124.5g                  蛋白質 18.5g 塩分 3.0g                  脂質 32.5g</p>	
<p>熱量 749kcal 炭水化物 133.8g                  蛋白質 18.0g 塩分 3.7g                  脂質 14.6g</p>	<p>熱量 748kcal 炭水化物 120.9g                  蛋白質 19.8g 塩分 4.2g                  脂質 16.6g</p>	<p>熱量 707kcal 炭水化物 120.0g                  蛋白質 16.0g 塩分 3.0g                  脂質 15.5g</p>	<p>熱量 790kcal 炭水化物 128.2g                  蛋白質 24.1g 塩分 3.5g                  脂質 18.5g</p>	<p>熱量 719kcal 炭水化物 127.3g                  蛋白質 24.2g 塩分 2.6g                  脂質 10.9g</p>	
<p>熱量 739kcal 炭水化物 115.6g                  蛋白質 23.7g 塩分 2.9g                  脂質 18.1g</p>	<p>熱量 740kcal 炭水化物 123.0g                  蛋白質 21.8g 塩分 3.4g                  脂質 15.9g</p>	<p>熱量 867kcal 炭水化物 112.9g                  蛋白質 22.9g 塩分 3.0g                  脂質 33.3g</p>			

## 「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。

FAX 027-267-1434

(TEL 027-267-1433)