

2024 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、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
今月のおすすめ		1 お休み	2 お休み	3 お休み	4 お休み
13日 紅スワイ蟹いいクリーミーコロッケ 17日 ハンバーグ～和風バーベキューソース～ 20日 のいから 23日 ヤンニョムチキン 24日 ハンバーグカレー 27日 肉汁あふれる千キンタツタ 30日 ガパオ風				憲法記念日 	みどりの日🌱
6 お休み こどもの日🇯🇵 振替	7 ビーフコロッケ &上海風やしそば	8 カマンベールチーズ 入りメンチカツ 野菜春巻き	9 からあげ ハニーマスタード	10 とい天 ねぎポン酢	11 おまかせ メニュー
 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 383 14.8 20.4 124.0 5.3 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 344 11.6 20.9 27.7 2.9 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 296 12.2 19.8 15.5 1.7 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 388 10.5 32.1 12.6 1.9 Kcal g g g g		
13★紅スワイ蟹いい クリーミーコロッケ 鶏さばう	14 厚切り ハムカツ &ソース焼きそば	15 おろしとんかつ	16 豚のオイスター 炒め	17★ハンバーグ 和風バーベキューソース	18 おまかせ メニュー
 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 343 17.7 18.6 116.0 2.6 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 334 10.8 19.5 29.7 2.3 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 437 15.7 33.1 16.7 1.3 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 241 7.7 9.3 32.5 2.0 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 405.5 23 15.9 31.8 1.3 Kcal g g g g	
20★ のいから	21 ホイコーロー 鉄板棒餃子	22 海老カツ &白身フライ スパンテー	23★ ヤンニョム チキン タレNEW	24★ハンバーグ カレー	25 おまかせ メニュー
 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 325 15.9 19.7 20.3 4.1 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 425 16.0 22.5 39.8 3.8 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 281 16.6 17.6 12.6 1.0 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 489 20.8 32.9 113.0 3.3 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 463 20.3 23.6 131.0 3.2 Kcal g g g g	
27★肉汁あふれる 千キンタツタ ペパロンチーノ	28 油淋鶏 海老ニラ饅頭	29 サーモンフライ &ミニフランク 野菜タルタル	30★ ガパオ風 パッタイ風	31 豚丼風 海鮮青のいフライ	●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
 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 326 10.0 37.8 42.2 1.8 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 326 10.0 37.8 42.2 1.8 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 326 10.0 37.8 42.2 1.8 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 326 10.0 37.8 42.2 1.8 Kcal g g g g	 数量(カロリー) 蛋白質 脂質 炭水化物 塩分 326 10.0 37.8 42.2 1.8 Kcal g g g g	

「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)