

2026年7月16日～7月29日メニュー

7/16(木)	7/17(金)	7/20(月)	7/21(火)	7/22(水)
344Kカロリー	453Kカロリー		348Kカロリー	461Kカロリー
豚肉生姜焼	チキンかつと白身魚の唐揚げ おろしポン酢付	海の日	麦ごはん	ハンバーグトマトソース
鶏竜田揚げ あじフライレモンタルタルソース 麻婆豆腐・パスタ青じそ風味 きのこさつま芋のしんじょう ひじきと大豆のオリーブサラダ キャベツと大根の浅漬・漬物	高菜マヨ豚丼 茄子と挽肉のトマトカレー 手作りねぎ焼 わかめのおろし和え ゆず風味白大根	オススメ です!	いかフライおかか弁当 (いかフライ・ちくわ磯辺揚げ ・きんぴら・厚焼玉子) バターチキンカレー しゅうまい・ゆかりスパゲティ ひじきの炒め煮・漬物	ハムかつ 揚げ出し豆腐味噌そぼろ 肉じゃが ごぼうと油揚げのおかずサラダ スパゲティペペロンチーノ 漬物
7/23(木)	7/24(金)	7/27(月)	7/28(火)	7/29(水)
385Kカロリー	512Kカロリー	437Kカロリー	466Kカロリー	428Kカロリー
天ぷら盛 (えび・たら・さつまいも)	チキン南蛮	たれかつ	揚げ鶏のトマトソース	鶏唐揚げとあじの南蛮漬
鶏塩麹漬焼 豚キムチ ねぎ味噌 やわらか角揚げ煮 キャベツとガリの和え物 漬物	豚肉のしぐれ煮 スパゲティミートソース 野菜のかき揚げ さばの塩焼き キャベツの梅おかか	鶏肉のコチュジャン和え サイコロステーキ(2ヶ)黒胡椒ソース ねぎマヨさつま揚げ 梅春雨 キャベツと昆布のごま和え スライスたくあん(2枚)	ハムチーズフライ(ホワイトソース) えび入り水餃子油淋ソース ゴーヤチャンプル エリンギと青菜の炒め物 マカロニソテー 漬物	ジューシーメンチかつ 八宝菜 豚肉西京味噌焼 スパゲティナポリタン 切干大根カレー炒め 漬物

※食品衛生上お弁当は涼しいところで保管したうえで、

1時頃までに、お召し上がりください。

※個別のアレルゲンには対応していません。ご理解の程よろしくお願いいたします。

[カロリー表示] 表中のカロリーは副食のみです。

ライスのみカロリーは388Kカロリーです。

国産米の価格高騰、供給不安などの影響で
外国産米をブレンドさせていただきます。

TEL (027)-382-7755

FAX (027)-382-0320

FAX (027)-382-0707

まごころの味 (株) 若松屋

<http://wakamatsuya-bento.com>

Gmail:wakamatsuya7755@gmail.com



LINE公式アカウント
友達募集中!