

元気弁当
2025年10月

※普通盛りのご飯は「386kcal」になります。



10/31スペシャルデー
※盛り付けイメージ



(有)吾妻弁当
TEL:0279-75-3082
FAX:0279-75-6109



他にも会議用や
イベント用弁当など
詳しくはこちら

吾妻弁当

検索

メイン		サイド	カロリー (ご飯を含む)
1	水	道産牛肉コロッケ フィッシュソーセージステーキ	ホイコーロー さといもとちくわの煮物 他 768kcal
2	木	カレーフィリングハンバーグ レモン風味真鯛カツ	切り昆布と大根の煮物 ブロッコリーのごま和え 他 656kcal
3	金	🍷炊き込みご飯🍷 えびかつ チキン南蛮	チリコンカン ひじきといんげんに白和え 他 738kcal
4	土	おまかせ弁当	
5	日		
6	月	カレーコロッケ ふっくらオムレツ	プルコギ風春雨炒め ねぎ塩もやし 他 661kcal
7	火	ハムかつ 揚げぎょうざ	根菜煮 みそ味つくね 他 781kcal
8	水	えびフライ 特製オーロラソース	あさりと豆腐のサンドウブ じゃがいもの昆布煮 他 735kcal
9	木	ソースかつ 厚焼きたまご	具だくさんきんぴら にら饅頭 他 676kcal
10	金	なすの肉詰めフライ さばの塩焼き	パッタイ風ビーフン炒め 青菜の煮浸し 他 687kcal
11	土	おまかせ弁当	
12	日		
13	月	… スポーツの日…	
14	火	蟹クリームコロッケ チキン南蛮	豚バラ大根 春雨と2種ワカメの和え物 他 732kcal
15	水	鶏肉の塩レモン唐揚げ シューマイ	ひじきの煮物 キャベツともやしのゆかり和え 他 808kcal



10月のスペシャルデーのメニューは
ハロウィン唐揚げ弁当
鶏の唐揚げ
ピリ辛マヨソース！



メイン		サイド	カロリー (ご飯を含む)
16	木	白身フライ 千草焼き	鶏塩じゃが いんげんのごま和え 他 650kcal
17	金	デミグラスハンバーグ オムレツ	里芋のけんちん煮 ミニカレーコロッケ 他 721kcal
18	土	おまかせ弁当	
19	日		
20	月	もちもち肉みそフライ お好み焼き	卵と野菜の炒め物 なす天ぷら 他 732kcal
21	火	金沢ビーフカレーフライ くわい入りつくね	マーボー春雨 大根と昆布のキムチ和え 他 664kcal
22	水	豚串かつ 野菜とひじきの豆腐焼き	石狩煮 れんこんサラダ 他 620kcal
23	木	あじフライ ミニハンバーグ	切り昆布煮 根菜炒り煮 他 679kcal
24	金	チキンカツ チヂミ	野菜のトマトクリーム煮 ごぼうとこんにゃくの炒り煮 他 656kcal
25	土	おまかせ弁当	
26	日		
27	月	コーンフライ 豚ロースの和風ソース	切干大根煮 にら玉キャベツ炒め 他 755kcal
28	火	チキン竜田 彩り海鮮ステーキ	麻婆豆腐 しめじちくわ煮 他 709kcal
29	水	和風ハンバーグ 白身フライ	豚キムチ れんこんと椎茸の炒り煮 他 717kcal
30	木	メンチカツ 豆腐ステーキ	八宝菜 春雨中華サラダ 他 789kcal
31	金	鶏の唐揚げ ピリ辛マヨソース	スペシャル！ フライドポテト きのこマカロニのクリーム煮 他 984kcal

※弁当の容器のまま電子レンジで温めないでください。
※食材入手の都合により、メニューが変更になる場合がございますので、あらかじめご了承ください。
※お弁当は直射日光を避けて、涼しい場所に保管し当日の13時までにお召し上がりください。
※当店では、国産米を使用しています。