

元気弁当 2026年3月

※普通盛りのご飯は「386kcal」になります。



3/18 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 日			
2 月	野菜コロッケ さばの塩焼き	キーマカレー 若竹煮 他	798kcal
3 火	ささみフライドチキン あさりと白菜の中華旨煮	花野菜と玉子のチャンプル キムチもやし 他	775kcal
4 水	照焼ハンバーグ 目玉焼きフライ	クリームシチュー すり身入りふっくらがんも 他	726kcal
5 木	のり塩メンチカツ 豆腐ステーキ	春雨とひき肉のキムチ炒め おかずビビンバ 他	745kcal
6 金	ヤンニョムチキン シューマイ	ひじきの煮物 いんげんのごま和え 他	868kcal
7 土	おまかせ弁当		
8 日			
9 月	たっぷり枝豆フライ ジャンボつくね	鶏肉とじゃがいもの煮物 切干大根サラダ 他	717kcal
10 火	ソースカツ 海鮮お好み焼き	春雨チャブチェ もろこし焼き 他	746kcal
11 水	えびフライ 特製オーロラソース	豚肉と昆布の煮物 ふき煮 他	743kcal
12 木	牛肉コロッケ 目玉焼き	豚キムチ ブロッコリーサラダ 他	687kcal
13 金	🍌 炊き込みご飯 🍌 白身魚フライ ちくわ磯辺天ぷら	きんぴらごぼう 白菜ワカメの酢味噌和え 他	773kcal
14 土	おまかせ弁当		
15 日			

	メイン	サイド	カロリー (ご飯を含む)
16 月	カニクリームコロッケ チキン南蛮	麻婆豆腐 しめじちくわ煮 他	823kcal
17 火	カレーウフライ ふっくらオムレツ	パッタイ風ビーフン炒め 無限わかめ 他	704kcal
18 水	ミックスフライタルタルソース (牛カツ・豚串カツ・エビフライ)	じゃがいも煮 小松菜と干し海老和え物 他	774kcal
19 木	フィッシュフライ ハムステーキ	八宝菜 さといもとちくわの煮物 他	712kcal
20 金	… 春分の日 …		
21 土	おまかせ弁当		
22 日			
23 月	ハムマヨ玉子フライ チヂミ	豆腐チゲ 粉ふきいも 他	728kcal
24 火	カツ煮 切干大根煮	ブロッコリーのツナマヨコーン和え 梅ごぼう 他	819kcal
25 水	デミグラスハンバーグ オムレツ	ひじきの煮物 ミニカレーコロッケ 他	682kcal
26 木	えびカツ チーズ入りつくね	ハッシュドポーク 野菜の塩ダレ炒め 他	758kcal
27 金	☆☆☆ とりめし ☆☆☆		
28 土	おまかせ弁当		
29 日			
30 月	アジフライ お好み焼き	焼きそば 鶏つくね 他	761kcal
31 火	メンチカツ 目玉焼き	切り昆布煮 ほうれん草の白和え 他	684kcal

3月のスペシャルデーのメニューは
ミックスフライ!
(牛カツ・豚串カツ・エビフライ)
特製タルタルソース!

※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。