

# 元気弁当 2026年4月

※普通盛りのご飯は「386kcal」になります。



4/22 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	道産ホタテ入りクリーミーフライ 豚肉のバーベキューソース	中華旨煮 高野豆腐の煮物 他	701kcal
2 木	ささみと大葉のチキンカツ ハムステーキ	ビーフカレー炒め 甘酢棒肉団子 他	733kcal
3 金	ハンバーグシチューソース オムレツ	ツナのトマト煮 ポテトコロッケ 他	717kcal
4 土	おまかせ弁当		
5 日			
6 月	えびフライ タルタルソース	ポークカレー 青菜と油揚げの煮浸し 他	779kcal
7 火	ウイナー克蘭チカツ 野菜の豆腐焼き	ホイコーロー ふぎとベーコンの洋風煮 他	858kcal
8 水	ペッパーレモン唐揚げ しゅうまい	ツナ大根和え 干し海老といんげんのソテー 他	914kcal
9 木	あじフライ ジャンボつくね	豚キムチ れんこんと椎茸の炒り煮 他	721kcal
10 金	ソースカツ お好み焼き	里芋のけんちん煮 春雨と2種ワカメの和え物 他	832kcal
11 土	おまかせ弁当		
12 日			
13 月	白身魚フライ タレ付きハンバーグ	豚肉と高野豆腐の煮物 白菜ワカメの酢味噌和え 他	736kcal
14 火	●炊き込みご飯● 黒胡椒ベーコンカツ チーズ入りつくね	切干大根煮 土佐ごぼう和え 他	784kcal
15 水	いかカツ チヂミ	チリコンカン 青菜の煮浸し 他	735kcal

	メイン	サイド	カロリー (ご飯を含む)
16 木	鶏ごぼうの甘辛メンチカツ にら饅頭	麻婆豆腐 かぼちゃ天ぷら 他	775kcal
17 金	ポロネーゼラビオリマトソース オムレツ	ハッシュドポーク ブロッコリーとソーセージのソテー 他	786kcal
18 土	おまかせ弁当		
19 日			
20 月	カニクリームコロッケ ハムステーキ	八宝菜 チンゲン菜の磯和え 他	742kcal
21 火	カツ煮 具だくさんきんぴら	ブロッコリーのツナマヨコーン和え バリバリ昆布 他	823kcal
22 水	天然ぶりカツ グリルチキンステーキ	豚肉と春キャベツの焼肉炒め 竹の子とふきのおかか煮 他	786kcal
23 木	野菜コロッケ 豚ロースの香草パン粉焼き	ポテトとベーコンのクリーム煮 ごぼうのごまみそ煮 他	744kcal
24 金	エビカツ 豆腐ハンバーグ	豚バラ大根 あさりとマカロニのボンゴレ 他	696kcal
25 土	おまかせ弁当		
26 日			
27 月	カレールウフライ さばの塩焼き	ひじきの煮物 山菜おろし和え 他	730kcal
28 火	☆☆☆ 天井 ☆☆☆		700kcal
29 水	… 昭 和 の 日 …		
30 木	チキンフライ 海鮮ステーキ	切り昆布煮 れんこんとソーセージの醤油炒め 他	686kcal



4月のスペシャルデーのメニューは  
**春の恵み弁当!**  
**天然ぶりカツ&**  
**グリルチキンステーキ!**



※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時までにお召上がりください。  
※当店では、国産米を使用しています。