

元気弁当 2026年9月

※普通盛りのご飯は「386kcal」になります。



9/16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	火	えびかつ チキン南蛮	麻婆豆腐 ふきとさつま揚げの煮物 他	753kcal
2	水	白身魚フライ ちくわの天ぷら	きんぴらごぼう 竹の子土佐煮 他	732kcal
3	木	野菜コロッケ くわい入りつくね	石狩煮 揚げ餃子 他	738kcal
4	金	チキンカツ 野菜とひじきの豆腐焼き	根菜煮 あさりとキャベツのペペロン炒め 他	770kcal
5	土	おまかせ弁当		
6	日			
7	月	えびフライ 特製オーロラソース	中華旨煮 なすの生姜醤油 他	770kcal
8	火	グリルチキン ナポリタンスパゲティ	豆腐とチンゲン菜のスープ煮 ハムクランチカツ 他	760kcal
9	水	ハンバーグ和風おろしソース うずら串フライ	ひじきの煮物 ちくわの田楽みそ煮 他	728kcal
10	木	ソースカツ にらまんじゅう	ホイコーロー 春雨と2種わかめの和え物 他	857kcal
11	金	からあげ盛り合わせ(2種の味付け) ソーセージステーキ	里芋のけんちん煮 ツナ大根和え 他	868kcal
12	土	おまかせ弁当		
13	日			
14	月	チキン竜田 ミートオムレツ	切干大根煮 チンジャオロース 他	765kcal
15	火	あじフライ お好み焼き	豚肉チャプチェ かぼちゃ天ぷら 他	744kcal

メイン		サイド		カロリー (ご飯を含む)
16	水	ミックスフライ(ヒレカツ・豚串・エビ) タルタルソース	スペシャル! ぜんまいの五目煮 山菜ふき煮 他	721kcal
17	木	カニクリームコロッケ 豚ロースの生姜焼き	高野豆腐のちゃんぷる 味付めかぶ 他	753kcal
18	金	☆☆ とりめし ☆☆☆		644kcal
19	土	おまかせ弁当		
20	日			
21	月	… 敬老の日 …		
22	火	… 国民の休日 …		
23	水	… 秋分の日 …		
24	木	ミートコロッケ 豚ロースの照り焼き	ビーフカレー炒め ごぼうのごま煮 他	811kcal
25	金	ハンバーグトマトソース オムレツ	切干大根煮 ゆず風味たらフライ 他	674kcal
26	土	おまかせ弁当		
27	日			
28	月	春巻き チヂミ	豚肉大根煮 ハムと切干のカレーマヨ和え 他	685kcal
29	火	カツ煮 海鮮旨煮	もろこし焼き 小松菜辛し和え 他	651kcal
30	水	いかフライ くわい入りつくね	豚キムチ メンマとわかめのナムル 他	730kcal



9月のスペシャルデーのメニューは
食欲の秋を先取り!
豪華ミックスフライ
3種の揚げ物&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。