

# うきうき Lunch MENU

## 2026 2月

### SPECIAL MENU

3(火)

焼鳥



鶏もも肉をやわらかくジューシーに焼き上げました。焼ねぎと甘辛く煮た玉ねぎをあわせ自家製甘辛だれで仕上げています。

2(月) 真あじの天ぷら



熱量 346 kcal 蛋白質 12.5g 脂質 17.1g 炭水化物 35.8g 塩分 3.2g

3(火)

SPECIAL MENU



焼鳥

熱量 319 kcal 蛋白質 17.8g 脂質 15.6g 炭水化物 26.6g 塩分 2.7g

4(水) 豚のコンソメパン粉焼



熱量 268 kcal 蛋白質 11.5g 脂質 14.8g 炭水化物 24.4g 塩分 2.3g

5(木) 肉だんごの野菜あんかけ



熱量 234 kcal 蛋白質 12.3g 脂質 7.4g 炭水化物 30.7g 塩分 3.4g

6(金) ささみフライ~マスタードケチャソース



熱量 238 kcal 蛋白質 8.9g 脂質 9.9g 炭水化物 29.8g 塩分 2.2g

7(土) 甘辛スパイシーポーク



熱量 258 kcal 蛋白質 14.0g 脂質 11.4g 炭水化物 25.5g 塩分 2.4g

9(月) 照焼ペッパーバーグ



熱量 335 kcal 蛋白質 9.5g 脂質 14.0g 炭水化物 36.4g 塩分 3.1g

10(火) さばの胡麻焼



熱量 284 kcal 蛋白質 15.5g 脂質 13.9g 炭水化物 28.5g 塩分 2.2g

11(水)

建国記念の日



ロースどんかつ

12(木) 麻婆豆腐&春巻



熱量 294 kcal 蛋白質 10.3g 脂質 14.1g 炭水化物 31.4g 塩分 3.6g

13(金) 鶏唐揚げの甘辛だれ和え



熱量 427 kcal 蛋白質 18.6g 脂質 23.1g 炭水化物 35.6g 塩分 4.0g

14(土) 揚げ豚のトマトソース炒め



熱量 305 kcal 蛋白質 9.1g 脂質 12.3g 炭水化物 39.9g 塩分 2.6g



～元気健康ベジタブル～

**“地産地消”**

～とれたて岡山産～

いただきます～す

4日(水) 白菜 (瀬戸内・西大寺)

10日(火) キャベツ (瀬戸内・西大寺)

18日(水) 青ねぎ (牧石)

27日(金) キャベツ (瀬戸内・西大寺)

…異常気象・災害等により中止になる場合がございますのでご了承ください…

～ご飯は国産米を使用しています～

●電子レンジ使用不可●

弁当容器は電子レンジに対応しておりません。電子レンジにかけると危険ですので、絶対にかけないで下さい。

※朝食は衛生上、午後2時までにお召上がり下さい  
・直射日光・極端に温度の高い所には置かないで下さい  
・食材仕入の都合により一部メニューの変更がある場合がございます  
※栄養成分はおかずのみの表示です(ライス 100g当たり156kcal)

**キョードーフーズ**

TEL.086-263-2626 FAX.086-263-2659  
URL <http://www.kyodofoods.co.jp/>



# 2月

うきうき

“SPECIAL MENU”

自信をもっておすすめする自慢のグルメです

“地産地消”

地元“岡山産”のとれたて新鮮素材を使っています

“グルメ旅”

日本・世界のグルメを旅に出かけた気分どうぞ

## SPECIAL MENU

17(火)

### 粗挽きメンチカツ



牛肉と豚肉の最適な割合を追求したこだわりのメンチカツです。存在感のある玉ねぎの食感もお楽しみください。

16(月)

### 旨辛だれチキン



熱量 216 kcal 蛋白質 14.8g 脂質 5.5g 炭水化物 28.2g 塩分 3.1g

17(火)

## SPECIAL MENU

### 粗挽きメンチカツ



熱量 480 kcal 蛋白質 12.8g 脂質 29.3g 炭水化物 39.9g 塩分 3.7g

18(水)

### グリルチキンの焼肉風味



熱量 301 kcal 蛋白質 13.8g 脂質 13.7g 炭水化物 31.1g 塩分 2.5g

19(木)

### のい塩豚ロース天



熱量 315 kcal 蛋白質 17.2g 脂質 18.4g 炭水化物 24.2g 塩分 2.3g

20(金)

### 豚肉野菜炒め



熱量 223 kcal 蛋白質 11.4g 脂質 10.9g 炭水化物 20.2g 塩分 2.2g

21(土)

### ハンバーグ&玉子ロール



熱量 343 kcal 蛋白質 12.9g 脂質 14.0g 炭水化物 33.3g 塩分 3.6g

23(月)

天皇誕生日



五目中華旨煮

24(火)

### ポーク/ター~シャリアピンソース



熱量 198 kcal 蛋白質 7.9g 脂質 7.0g 炭水化物 26.4g 塩分 2.7g

25(水)

### 鶏と野菜のあごだし炒め



熱量 183 kcal 蛋白質 13.3g 脂質 3.2g 炭水化物 26.3g 塩分 3.9g

26(木)

### 帆立クリーミーコロッケ



熱量 405 kcal 蛋白質 10.8g 脂質 23.2g 炭水化物 38.4g 塩分 2.4g

27(金)

### さばの照焼



熱量 318 kcal 蛋白質 18.1g 脂質 18.6g 炭水化物 22.8g 塩分 2.7g

28(土)

### とい天ぷら



熱量 390 kcal 蛋白質 15.7g 脂質 23.4g 炭水化物 28.2g 塩分 1.7g

●電子レンジ使用不可●

弁当容器は電子レンジに対応しておりません。電子レンジにかけると危険ですので、絶対にかけないで下さい。

※お祝い

・昼食は衛生上、午後2時までに召上がり下さい  
・直射日光・極端に湿度の高い所には置かないで下さい  
・食材仕入の都合により一部メニューの変更がある場合がございます  
※栄養成分はおかずのみの表示です(ライス 100g当たり156kcal)

## キョードーフーズ

TEL.086-263-2626 FAX.086-263-2659

URL <http://www.kyodofoods.co.jp/>