

LUNCH MENU



2026
2月

ドキドキ

キョードーフーズ

岡山営業所

岡山市南区浜野4-22-16

TEL.086-263-2626

FAX.086-263-2659



QRコードをスマートで読み取って
ホームページやメニューをご覧いただけます
URL <http://www.kyodofoods.co.jp/>

2(月) ポーク/チーズコントローラー



熱量 290 kcal 蛋白質 11.1 g 脂質 16.2 g 炭水化物 25.2 g 塩分 3.1 g

3(火) あじフライ&高菜オムレツ



熱量 352 kcal 蛋白質 11.4 g 脂質 20.3 g 炭水化物 31.6 g 塩分 2.5 g

4(水) 麻婆茄子豆腐



熱量 217 kcal 蛋白質 9.4 g 脂質 11.5 g 炭水化物 20.7 g 塩分 3.1 g

5(木) 鶏唐揚の南蛮あんがらめ



熱量 363 kcal 蛋白質 16.1 g 脂質 17.1 g 炭水化物 35.6 g 塩分 3.6 g

6(金) おすすめ MENU



豚と野菜のオイスター炒め煮

熱量 172 kcal 蛋白質 8.3 g 脂質 5.5 g 炭水化物 23.1 g 塩分 1.8 g

7(土) いわし千切りステーキ



熱量 343 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 18.7 g 炭水化物 21.8 g 塩分 2.6 g

9(月) 甘酢鶏



熱量 185 kcal 蛋白質 13.0 g 脂質 2.7 g 炭水化物 28.6 g 塩分 3.1 g

10(火) パンチカツ～カクテルソース



熱量 410 kcal 蛋白質 10.2 g 脂質 22.5 g 炭水化物 43.3 g 塩分 2.5 g

11(水) 建国記念の日



ごろごろ肉じゃが

12(木) 肉だんごの野菜あんかけ



熱量 301 kcal 蛋白質 12.6 g 脂質 13.6 g 炭水化物 32.7 g 塩分 3.6 g

13(金) さばの塩焼&焼えん



熱量 275 kcal 蛋白質 16.7 g 脂質 16.8 g 炭水化物 17.9 g 塩分 2.2 g

14(土) ひき焼風コロッケ

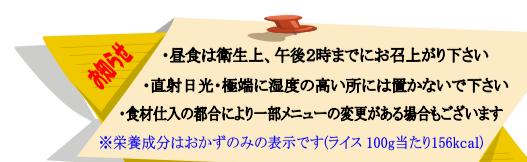


熱量 381 kcal 蛋白質 8.2 g 脂質 19.4 g 炭水化物 44.1 g 塩分 2.5 g



●電子レンジ使用不可●

弁当容器はポリプロピレン製ですので電子レンジにかけると化学反応を起こしお客様の健康を害する場合がありますので絶対にかけないで下さい。



16(月) ハンバーグ&チーズポテトフライ



熱量 352 kcal 蛋白質 12.1 g 脂質 14.4 g 炭水化物 36.2 g 塩分 3.5 g

17(火)

グルメ旅

タッカルビ

韓国



熱量 211 kcal 蛋白質 13.9 g 脂質 4.4 g 炭水化物 28.9 g 塩分 3.7 g

18(水) 豚天のタルタル南蛮



熱量 409 kcal 蛋白質 16.2 g 脂質 30.5 g 炭水化物 21.3 g 塩分 2.7 g

19(木) 八宝菜



熱量 173 kcal 蛋白質 10.0 g 脂質 6.1 g 炭水化物 20.2 g 塩分 2.0 g

20(金)

ササミフライ&玉子焼



熱量 262 kcal 蛋白質 8.3 g 脂質 11.4 g 炭水化物 32.3 g 塩分 2.6 g

21(土) 滑肉とキャベツのガーリック炒め



熱量 225 kcal 蛋白質 12.4 g 脂質 9.4 g 炭水化物 23.0 g 塩分 2.2 g

2月
ドキドキ



おすすめMENU
地産地消
グルメ旅

自信をもっておすすめする自慢のメニューです

地元“岡山産”的とれたて新鮮素材を使っています

日本・世界のグルメを旅に出かけた気分でどうぞ

23(月) 天皇誕生日



ひらぐちロースカツ

24(火) 醋豚風肉だんご&イカフライ



熱量 255 kcal 蛋白質 9.2 g 脂質 9.3 g 炭水化物 34.7 g 塩分 2.5 g

25(水) 自身魚天ぷら～中華あんかけ



熱量 244 kcal 蛋白質 10.3 g 脂質 8.2 g 炭水化物 33.1 g 塩分 2.8 g

26(木)

おすすめ MENU



さばの漬け焼

熱量 258 kcal 蛋白質 15.2 g 脂質 13.7 g 炭水化物 21.9 g 塩分 2.1 g

27(金) 鶏の唐揚



熱量 349 kcal 蛋白質 15.9 g 脂質 19.2 g 炭水化物 27.1 g 塩分 2.4 g

28(土)

揚豚じゃが甘辛和え



熱量 262 kcal 蛋白質 8.4 g 脂質 11.5 g 炭水化物 32.2 g 塩分 1.7 g

●電子レンジ使用不可●

弁当容器はポリプロピレン製ですので電子レンジにかけると化学反応を起こしお客様の健康を害する場合がありますので絶対にかけないで下さい。

