

LUNCH MENU



2026 4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コードをスマホで読み取って
ホームページやメニューをご覧ください
URL <http://www.kyodofoods.co.jp/>

1 (水) ひとくちローストカツ

熱量 382kcal 蛋白質 11.8g 脂質 21.4g 炭水化物 35.2g 塩分 2.5g

2 (木) 八宝菜

熱量 185kcal 蛋白質 10.0g 脂質 7.0g 炭水化物 21.5g 塩分 2.2g

3 (金) 自身魚天ぷら～甘酢あんかけ

熱量 231kcal 蛋白質 11.9g 脂質 9.3g 炭水化物 26.4g 塩分 2.3g

4 (土) グリルチキン海苔塩焼

熱量 262kcal 蛋白質 14.3g 脂質 8.5g 炭水化物 31.5g 塩分 2.8g

6 (月) マンチカツ～洋風ソース

熱量 396kcal 蛋白質 9.6g 脂質 24.4g 炭水化物 35.2g 塩分 2.5g

7 (火) 豚肉野菜炒め

熱量 204kcal 蛋白質 11.5g 脂質 10.4g 炭水化物 15.9g 塩分 1.5g

8 (水) ピザ風自身魚フライ

熱量 308kcal 蛋白質 10.8g 脂質 14.5g 炭水化物 35.3g 塩分 2.5g

9 (木) 麻婆茄子豆腐

グルメ祭 中国

熱量 217kcal 蛋白質 8.2g 脂質 9.8g 炭水化物 24.9g 塩分 2.9g

10 (金) おすすめ MENU

さわら照焼&いか磯辺揚

熱量 207kcal 蛋白質 13.0g 脂質 8.0g 炭水化物 20.8g 塩分 2.4g

11 (土) 鶏唐揚の酢豚風

熱量 240kcal 蛋白質 12.3g 脂質 6.5g 炭水化物 33.6g 塩分 2.8g

13 (月) お好み焼風ハンバーグ

熱量 300kcal 蛋白質 10.6g 脂質 10.0g 炭水化物 34.0g 塩分 3.1g

14 (火) 5種類のチーズカツ

熱量 270kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14.5g 炭水化物 26.3g 塩分 1.8g

15 (水) ホークター～マスタードソース

熱量 230kcal 蛋白質 10.1g 脂質 11.7g 炭水化物 23.8g 塩分 2.8g

“地産地消”

～元気健康ベジタブル～ ～とれたて岡山産～

8日(水) トマト (倉敷・津山)

17日(金) 胡瓜 (玉島・吉井)

24日(金) 青ねぎ (牧石)

27日(月) トマト (倉敷・津山)

～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。

お詫言

- ・昼食は衛生上、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)

