

# LUNCH MENU

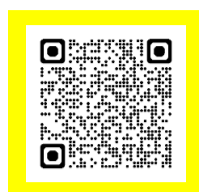


# 5月 2026

## 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 (金)** 豚肉のバター醤油炒め

熱量 248kcal 蛋白質 11.9g 脂質 11.4g 炭水化物 24.0g 塩分 2.2g

**2 (土)**

～おまかせメニュー～

**4 (月)** みどりの日

～おまかせメニュー～

**5 (火)** こどもの日

～おまかせメニュー～

**6 (水)** 振替休日

～おまかせメニュー～

**7 (木)** 照焼肉団子&オムレツ

熱量 206kcal 蛋白質 9.7g 脂質 6.9g 炭水化物 27.1g 塩分 3.4g

**8 (金)** チキンカツ～トマトソース

熱量 316kcal 蛋白質 11.7g 脂質 14.9g 炭水化物 33.4g 塩分 2.4g

**9 (土)** 甘辛スパイシーポーク

熱量 270kcal 蛋白質 13.0g 脂質 13.7g 炭水化物 23.7g 塩分 2.5g

**11 (月)** ハンバーグ～オニオンソース

熱量 315kcal 蛋白質 11.5g 脂質 11.7g 炭水化物 33.5g 塩分 3.1g

**12 (火)** 鶏と野菜の黒胡椒炒め

熱量 168kcal 蛋白質 11.6g 脂質 2.9g 炭水化物 24.5g 塩分 2.3g

**13 (水)** おすすめ MENU

豚ロース肉の南蛮漬

熱量 339kcal 蛋白質 16.9g 脂質 19.1g 炭水化物 28.5g 塩分 3.1g

**14 (木)** 蒸し鶏と野菜のピリ辛炒め

熱量 206kcal 蛋白質 14.7g 脂質 3.4g 炭水化物 30.3g 塩分 3.1g

**15 (金)** あじの梅肉包み揚げ

熱量 326kcal 蛋白質 12.6g 脂質 16.2g 炭水化物 32.3g 塩分 3.0g

～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

13日(水) 白菜 (備内・西大寺)

14日(木) チンゲン菜 (東備)

21日(木) 胡瓜 (玉島・吉井)

27日(水) 小松菜 (備前)

…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。

※注意

- ・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)

16(土) ガルチキンの焼肉風味



熱量 241kcal 蛋白質 11.7g 脂質 7.9g 炭水化物 31.6g 塩分 2.1g

18(月) 鶏唐揚～甘辛味噌ごまだれ



熱量 404kcal 蛋白質 12.1g 脂質 18.6g 炭水化物 46.1g 塩分 3.6g

19(火) 五目中華旨煮



熱量 164kcal 蛋白質 8.6g 脂質 4.6g 炭水化物 22.9g 塩分 1.8g

20(水) おすすめ MENU



ローストンカツ～塩だれ

熱量 394kcal 蛋白質 11.4g 脂質 22.3g 炭水化物 36.5g 塩分 2.9g

21(木) ハンバーグ&コーンコロッケ



熱量 349kcal 蛋白質 12.1g 脂質 13.5g 炭水化物 37.9g 塩分 3.1g

22(金) 自身魚天ぷら～甘酢あん



熱量 271kcal 蛋白質 10.4g 脂質 12.1g 炭水化物 31.8g 塩分 2.3g

5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”の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どうぞ

23(土) 揚豚千切ソース



熱量 284kcal 蛋白質 8.1g 脂質 12.9g 炭水化物 33.2g 塩分 2.6g

25(月) ポーク/ステーキ～和風あん



熱量 231kcal 蛋白質 10.3g 脂質 9.1g 炭水化物 28.1g 塩分 3.6g

26(火) 鶏麻婆



熱量 207kcal 蛋白質 14.0g 脂質 3.8g 炭水化物 29.2g 塩分 3.4g

27(水) ビーフコロッケ



熱量 384kcal 蛋白質 8.7g 脂質 17.6g 炭水化物 34.8g 塩分 3.1g

28(木) 豚と野菜のスタミナ炒め



熱量 233kcal 蛋白質 11.9g 脂質 12.2g 炭水化物 19.3g 塩分 1.8g

29(金) 三陸産サーモンマヨフライ



熱量 368kcal 蛋白質 7.9g 脂質 23.1g 炭水化物 32.5g 塩分 2.2g

30(土) ゴロゴロ肉じゃが



熱量 249kcal 蛋白質 10.0g 脂質 8.5g 炭水化物 33.9g 塩分 2.7g



●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。

※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)