


10月献立表

株式会社 ハローランチサービス



月曜日 1日	火曜日 2日	水曜日 3日	木曜日 4日	金曜日 5日	土曜日 6日
ソースカツ丼風 いもっこ煮 野菜炒め 412kcal	プルコギ風 魚の南部揚げ カニ風味豆腐、春雨サラダ 386kcal	クリームコロッケ 手作りナポリタン 青しそサラダ 346kcal	ブラウンソース煮込み 金平ごぼう 煮浸し 353Kcal	好評につき再登場!! チキンカツレモン塩麹風味 ベーコンポテトバーグ 田舎煮、わさび和え 347Kcal	オリジナル メニュー
8日	9日	10日	11日	12日	13日
体育の日 	ハンバーグ エビカツ 昆布の煮物、ツナサラダ 465Kcal	豚ロースの唐揚げ サバの塩麹焼き おかか煮、春雨炒め物 335Kcal	鶏肉の西京焼き 卵とじ ひじきの煮物 466Kcal	アジフライ 麻婆豆腐 焼きビーフン、中華サラダ 415Kcal	オリジナル メニュー
15日	16日	17日	18日	19日	20日
たこマヨフライ イカ団子の甘酢あんかけ 筑前煮 451Kcal	手作り鶏の唐揚げ 切干大根の煮物 炒め物 459Kcal	すき煮風 魚の変わり揚げ 蓮根金平、酢の物 347Kcal	豚ロースと豆腐天の チリソースかけ ツナ大根、胡麻風味サラダ 375Kcal	炊き込みご飯 サバの味噌煮 <small>魚は骨無しです</small> 牛ごぼうコロッケ 441Kcal	オリジナル メニュー
22日	23日	24日	25日	26日	27日
海老フライ 手作りタルタルソース フレンチサラダ 351Kcal	ヒレカツ きのこ入りカレー 白菜サラダ 431Kcal	ネギ塩焼き肉 豆腐ハンバーグ甘酢あんかけ 卵とじ 414Kcal	チキン南蛮風 手作りタルタルソースかけ 煮物、そばろ炒め 446Kcal	チーズインハンバーグ 根菜金平 イタリアンサラダ 370Kcal	オリジナル メニュー
29日	30日	31日	<p>今月からはばらくお休みしていた「炊き込みご飯」と「手作りタルタルソース」が再開します！ どちらも人気の高いメニューで、心待ちにしていた方もおおいのでは？？今月はそれぞれ2回ずつメニューに入っていますので、たくさんの方からのご注文をお待ちしております!!</p> <p>ハローランチサービス <input type="button" value="検索"/></p>		
ちょっと大きな 鶏の唐揚げ 焼きそば、青しそサラダ 377Kcal	炊き込みご飯 マスの醤油麹焼き しぐれ煮 396Kcal	回鍋肉 イカ野菜カツ 五目煮、ピーナツ和え 503Kcal			

材料手配の関係で献立の多少の変更をさせて頂く場合もございます。

昼食は配達当日の午後1時30分までにお召し上がりください。
メニューのカロリー表示はおかずのみのカロリーです。
ライスは普通ライスで436Kcalです。

弊社のご飯は国産米を使用しています



福島店(県北地区)
TEL024-554-1612 Fax024-553-7959
郡山北店(県中地区)
TEL0243-34-3933 Fax0243-34-3932
福島東店(相双地区)
TEL0244-67-1011 Fax0244-67-1013