

# 6月献立表

株式会社 ハローランチサービス



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p>徐々に蒸し暑くなり、食欲もだんだんと無くなる季節になってきました。そこで今月は食欲増進になればと、わさびを取り入れたメニューを毎週お届けします。ツンと来る辛さでどんなメニューもさっぱりと食べられます！3食きちんと食べないと体調も整いません。スタミナもついて、野菜もたくさん摂れるハローランチのお弁当を食べて、体調を崩さないようにしていきましょう！！</p> <p style="text-align: center;">ハローランチサービス <input type="button" value="検索"/> </p>					1日
					臨時休業
3日	4日	5日	6日	7日	8日
<b>棒棒鶏風チキン</b> わさび味噌ソースかけ 五目ひじき、イタリアンサラダ 360kcal	<b>すき焼き風コロッケ</b> ブリの醤油麹焼き チャプチェ風 384kcal	<b>ヒレカツ</b> 切干大根の煮物 フレンチサラダ 405kcal	<b>牛バラ焼き肉</b> じゃが芋ウインナー串フライ 梅しそ麺 420kcal	<b>ネギ塩チキンカツ</b> ツナじゃが煮 味噌炒め 343kcal	オリジナルメニュー
10日	11日	12日	13日	14日	15日
<b>ハンバーグ</b> シーザーソース付 ぶりぶりエビカツ、おかか煮 488kcal	<b>大きなイカフライ</b> 煮しめ ポテトサラダ 354kcal	濃厚！！ <b>夏野菜カレーコロッケ</b> サバの西京焼き 金平ごぼう 390kcal	<b>手作り鶏の唐揚げ</b> わさびフレンチソース付 カニ豆腐風、中華サラダ 375kcal	<b>豚肉の生姜焼き</b> 秋刀魚の竜田揚げ 焼きビーフン、梅サラダ 341kcal	オリジナルメニュー
17日	18日	19日	20日	21日	22日
<b>チキンオープン焼き</b> 豆腐の挽肉包み揚げ 昆布の煮物、マカロニサラダ 413kcal	<b>厚切りハムカツ</b> 若竹煮 お浸し 346kcal	<b>メンチカツ</b> わさびソース付 ピーナツ和え、煮物 460kcal	<b>豚ロースねぎ塩焼き</b> 根菜金平 しその実和え 378kcal	<b>鮭の利休焼き</b> 麻婆炒め おかか煮 NOフライデー 353kcal	オリジナルメニュー
24日	25日	26日	27日	28日	29日
<b>エビフライ</b> 切干大根の煮物 フレンチサラダ 380kcal	<b>とんかつ</b> カレー 春雨サラダ 406kcal	<b>ハンバーグ</b> トマトバジルソース オイスター炒め、ポテトサラダ 410kcal	<b>プルコギ風</b> イカステーキ わさびソース 煮物、ゆかり和え 460kcal	<b>鶏の唐揚げ麻辣風</b> 五目煮 ごま和え 472kcal	オリジナルメニュー

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