

# 5月献立表

株式会社 ハローランチサービス



月曜日 3日	火曜日 4日	水曜日 5日	木曜日 6日	金曜日 7日	土曜日 8日
<b>憲法記念日</b>	<b>みどりの日</b>	5月1日(土)は、オリジナルメニューになります。		<b>干り銀鮭 九条ネギ入りオムレツ</b> 金平、煮浸し 390Kcal	<b>とんかつ</b> 肉じゃが、野菜炒め 476Kcal
10日	11日	12日 <small>骨取</small>	13日	14日	15日
<b>メンチカツ 海鮮塩炒め</b> ツナ大根カレー風味、野菜サラダ 459Kcal	<b>タンドリーチキン 豆腐の挽き肉包み揚げ</b> 中華うま煮、ごま風味サラダ 373Kcal	<b>マスのちゃんちゃん焼き 西京味噌ソース</b> 切り昆布煮、ジャーマンポテト 337Kcal	<b>ハンバーグ&amp;海老フライ ハニーマスタードソース</b> 切干大根煮、ケチャップ炒め 395Kcal	<b>手作り鶏の唐揚げ</b> ポテトサラダ、ひじき煮 424Kcal	オリジナルメニュー
17日	18日	19日	20日	21日	22日
<b>厚切りハムカツ</b> 豚丼風煮、焼きビーフン 465Kcal	<b>アスパラベーコンフライ 塩麻婆豆腐</b> 海藻サラダ、おかか炒め 399Kcal	<b>カツカレー風</b> フレンチサラダ、煮浸し 413Kcal	<b>白身魚の天ぷら 胡麻しゃぶ風</b> 根菜煮、かぼちゃサラダ 413Kcal	<b>フルコギ風 ニラと生姜の玉子焼き</b> マカロニサラダ、しその実和え 384Kcal	オリジナルメニュー <small>NOフライデー</small>
24日	25日 <small>野菜たっぷり!</small>	26日	27日	28日	29日
<b>スパイシーカレーの 包み揚げ</b> ジャージャー麺、根菜金平 404Kcal	<b>チキンと野菜の 梅しそ風</b> 田舎煮、酢の物 429Kcal	<b>竹の子コロケ さばの味噌煮</b> いりどり、ソテー 432Kcal	<b>豚ロースの生姜焼き イカの天ぷら</b> ツナじゃが煮、マカロニサラダ 495Kcal	<b>おろしハンバーグ ポン酢ソース</b> ひじきの炒め煮、ポテトサラダ 368Kcal	オリジナルメニュー
31日	朝晩の冷え込みと日中の寒暖差があり、体調を崩しやすい季節ですね。しっかりと栄養バランスを取って、体調維持に努めたいものです。 さて、4月から販売開始した日替わり丼シリーズが大変好評です！まだ、お食べになっていない方は是非ご注文頂ければと思います！				
<b>三陸産 サーモンマヨフライ</b> ハヤシ風、春雨の炒め物 385Kcal					ハローランチサービス 検索

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