

# 7月献立表

株式会社 ハローランチサービス

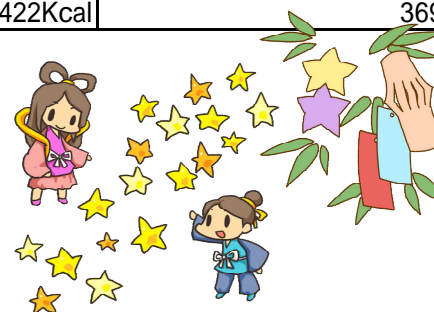


月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		一度にかけると大変危険な辛さです！！ 少量ずつ試すとおいしく食べられます 麻婆豆腐にかけてもおいしいですよ こちらも少量ずつでお願いしますm(_ _)m		1日	2日
				三元豚ロースとんかつ おろしポン酢付き 金平ごぼう ピーナツ味噌和え 484Kcal	オリジナルメニュー
4日	5日	6日	7日	8日	9日
わさびフレンチソース付 ハンバーグ コンソメ煮 ごま炒め 459Kcal	チリ銀鮭の塩焼き チーズ入りささみフライ 切干大根煮 酢の物 370Kcal	豚肉と茄子の味噌炒め ゴロゴロイカメンチ フレンチサラダ 大葉入り 368Kcal	プルコギ風 カレー風味炒め 甘酢和え 377Kcal	平田村産ハバネロ付き 鶏の唐揚げ 麻婆豆腐 春雨中華 467Kcal	オリジナルメニュー
11日	12日	13日	14日	15日	16日
ミートボールハヤシ 白身魚の唐揚げ 野菜サラダ 雷こんにゃく 367Kcal	合い挽きメンチカツ ひじき煮 青しそサラダ 419Kcal	ねぎ塩焼き肉 濃厚カレーコロッケ 棒棒鶏風 ゆかり和え 359Kcal	サバの味噌麹焼き 瀬戸内塩レモンチキンカツ カレーじゃが煮 中華サラダ 459Kcal	豚ロース生姜焼き 麻婆茄子 酢の物 ポテトサラダ NOフライデー 309Kcal	オリジナルメニュー
18日	19日	20日	21日	22日	23日
海の日	豚肉の天ぷら 油淋鶏ソースかけ いりどり マカロニサラダ 347Kcal	手作り風鶏の唐揚げ 春雨の炒め物 梅しそ和え 363Kcal	エビフライ 酢の物 回鍋肉風 315Kcal	ヒレカツ&カレー フレンチサラダ 煮しめ 370Kcal	オリジナルメニュー
25日	26日	27日	28日	29日	30日
ハンバーグ ハニーマスタードかけ 丸ごとソーセージカツ 海藻サラダ 453Kcal	しぐれ煮 イカフライ 炒り豆腐 辛子和え 364Kcal	ゴロっと酢豚 マカロニサラダ しその実和え 422Kcal	牛すき煮風 たっぷりコーンフライ 焼きそば 甘酢和え 369Kcal	トマト包みメンチカツ 切り昆布の煮物 カレー風味サラダ 421Kcal	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がございます。

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