

2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
		1日	2日	3日	4日
		ネギ塩焼き肉 国産じゃがいもコロッケ がんもの野菜あんかけ ごま和え 塩分2.4g 熱量447Kcal	ハンバーグ デミグラスソース 梅しそサラダ 金平ごぼう 塩分2.6g 熱量276Kcal	 いわしの天ぷら 野菜あんかけ 春雨の炒め物 ポテトサラダ 塩分2.7g 熱量340Kcal	オリジナルメニュー
6日	7日	8日	9日	10日	11日
味噌とんかつ 海藻サラダ ツナ大根 塩分3.6g 熱量386Kcal	豚キムチ 白身魚の天ぷら 昆布の煮物 酢の物 塩分3.7g 熱量361Kcal	鶏の唐揚げ 卵の花 春雨サラダ 塩分2.9g 熱量382Kcal	ハムとベーコンのMIXフライ そばろ肉じゃが 野菜サラダ 塩分3.3g 熱量450Kcal	炊き込みご飯 すき焼き風煮 ピーナツ味噌和え 塩分6.5g 熱量325Kcal	NOフライデー 建国記念の日
13日	14日	15日	16日	17日	18日
厚切ハムステーキ ガーリックチキンカツ ツナじゃが煮 和風サラダ 塩分3.9g 熱量413Kcal	 ハンバーグ ハートコロッケ 切干大根カレー炒め フレンチサラダ 塩分3g 熱量388Kcal	ゴロっと酢豚 ひじきの炒め煮 ポテトサラダ 塩分2.9g 熱量422Kcal	濃厚仕立て ごま坦々フライ 焼き肉 マカロニサラダ 塩分3.1g 熱量417Kcal	サバの味噌煮 粗挽き黒胡椒ポテトコロッケ いりどり 塩分3.3g 熱量355Kcal	骨なしです オリジナルメニュー
20日	21日	22日	23日	24日	25日
ベーコンクリームフライ 根菜金平 たらこ炒め 塩分3.2g 熱量342Kcal	麻婆豆腐 ハムと白菜の中華フライ 煮浸し 中華サラダ 塩分3.6g 熱量366Kcal	炊き込みご飯 いわし梅しそフライ 卵とじ 塩分5.5g 熱量424Kcal	天皇誕生日 	豚ロース生姜焼き イカフライ 田舎煮 海藻サラダ 塩分3.3g 熱量412Kcal	オリジナルメニュー
27日	28日				
竹の子コロッケ ひじきの炒め煮 イタリアンサラダ 塩分3g 熱量383Kcal	サバの塩麹焼き メンチカツ とまと煮 春雨サラダ 塩分2.9g 熱量404Kcal				

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



SHINANOYA.HELLO



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