

9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	5日
	とんかつ 豆腐の中華うま煮 切干大根のサラダ 498Kcal	鶏と野菜のきのこオムレツ フルコギ風 煮浸し、梅和え 361Kcal	チキンサルサ 大根の味噌煮 フレンチサラダ 310Kcal	豚ロース生姜焼き エビカツ 切り昆布煮、カレーソテー 389Kcal	オリジナル メニュー
7日	8日	9日	10日	11日	12日
大きな 秋刀魚フライ 金平、中華炒め 388Kcal	カニクリームコロッケ ポークチャップ ツナ大根、春雨の酢の物 388Kcal	手作り鶏の唐揚げ 茄子の味噌炒め、ごま風味サラダ 422Kcal	しそ味噌チキン イカハンバーグ 煮物、ポテトサラダ 446Kcal	メンチカツ サバの塩焼き 酢味噌和え、焼きそば 415Kcal	オリジナル メニュー
14日	15日	16日	17日	18日	19日
ゴロっと酢豚 焼きビーフン ひじきの炒め煮 368Kcal	海老フライ タンドリーチキン 切干大根煮、高菜炒め 425Kcal	もちサクポテト 焼肉 切り昆布煮、ゆかり和え 430Kcal	ひれかつ マスの塩焼き レンコン金平、春雨サラダ 313Kcal	ハンバーグカレー おかか煮、マカロニサラダ 461Kcal	オリジナル メニュー
21日	22日	23日	24日	25日	26日
敬老の日	秋分の日	チーズメンチカツ ハヤシ風オムレツ 中華炒め、ポテトサラダ 411Kcal	手作り鶏の唐揚げ キーマカレー、梅風味サラダ 411Kcal	サバの西京焼き ささみチーズフライ じゃが煮、ナムル風 364Kcal	オリジナル メニュー
28日	29日	30日	<p>9月になっても、暑い日が続きそうですね。 夏の特別ランチ『冷やし麺』も大好評です！ 21日の敬老の日は、「海老の日」でもあります。海老は古くから長寿の象徴とされ縁起の良い食べ物です。干し海老や殻ごと揚げて食べられる小さな海老はカルシウムが豊富で骨や歯の健康に役立ちます。伊勢海老や甘海老には若返りビタミンのビタミンEが豊富です。敬老の日をエビ料理でお祝いするのもいいですね！</p>		
チーズインラムカツ デミソース煮 根菜煮、ごま和え 440Kcal	マスの醤油麴焼き ピリ辛ごぼう天 塩金平、酢の物 334Kcal	ハンバーグ カニカマの天ぷら 味噌炒め、根菜サラダ 460Kcal			

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

ハローランチサービス 検索