

# 10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>だんだんと秋らしく涼しい季節になってきましたね。大好評だった夏の冷やし麺も10月2日で終了とさせていただきます。 そして、食欲の秋ですね。 10月からの特別ランチが新しくなります！ 詳細は、別紙にてご案内しますのでお楽しみに！ 会議、イベント、行事用の各種仕出し弁当も好評受付中です。 食欲の秋を存分に楽しみましょうね！</p>			1日	2日	3日
<p>ハローランチサービス 検索</p>			<p><b>とろーい卵ソースの牛すき焼き風包み揚げ</b> 中華サラダ、切干大根煮 333kcal</p>	<p><b>ビビンパ風焼肉イカの天ぷら</b> 春雨サラダ、煮物 411kcal</p>	オリジナルメニュー
5日	6日	7日	8日	9日	10日
<p><b>チキンのオーブン焼き豆腐の挽き肉包み揚げ</b> ひじきの炒め煮、甘酢和え 446kcal</p>	<p><b>豚肉の黒胡椒炒め白身フライ</b> 切り昆布の煮物、ネギ味噌炒め 391kcal</p>	<p><b>ひれかつ</b> 紅葉平焼き ツナ大根 375kcal</p>	<p><b>サバの塩麹焼きカレーメンチ</b> じゃが煮、高菜炒め 440kcal</p>	<p><b>といてのわさびおろしかけ</b> 中華うま煮、春雨サラダ 283kcal</p>	オリジナルメニュー
12日	13日	14日	15日	16日	17日
<p><b>豚ロースの生姜焼き秋鮭タルタルカツ</b> たらこ風味炒め、大根カレー煮 377kcal</p>	<p><b>海老カツハヤシ風</b> 海藻サラダ、春雨のピリ辛炒め 360kcal</p>	<p><b>手作り鶏の唐揚げ</b> 焼うどん、煮浸し 475kcal</p>	<p><b>ハンバーグきのこソースかけ</b> 五目煮、ごま炒め 430kcal</p>	<p><b>さばの味噌煮きのこバターオムレツ</b> 酢の物、金平 NOフライデー 345kcal</p>	オリジナルメニュー
19日	20日	21日	22日	23日	24日
<p><b>金沢風カツカレー</b> 切干大根煮、キャベツサラダ 469kcal</p>	<p><b>チキン南蛮風</b> 八宝菜 中華サラダ 544kcal</p>	<p><b>秋鮭のちゃんちゃん焼き</b> ケチャップ炒め、酢の物 376kcal</p>	<p><b>オクラとイカの天ぷら</b> おろしそば、切り昆布煮 392kcal</p>	<p><b>豚丼風焼き栗コロッケ</b> 大根サラダ、ピーナッツ和え 377kcal</p>	オリジナルメニュー
26日	27日	28日	29日	30日	31日
<p><b>鶏マヨカツオムレツのエビチリソース</b> 五目ひじき、青しそサラダ 380kcal</p>	<p><b>炊き込みご飯サバの塩麹焼き</b> さつま揚げ、筑前煮 359kcal</p>	<p><b>根菜ハンバーグおろしポン酢かけ</b> ツナじゃが煮、お浸し 439kcal</p>	<p><b>手作り鶏の唐揚げ</b> 麻婆豆腐、春雨サラダ 429kcal</p>	<p><b>カニクリームコロッケイタリアンオムレツ</b> 田舎煮、金平 391kcal</p>	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