

6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
					オリジナルメニュー
3日	4日	5日	6日	7日	8日
大きなアジフライ タルタルソース付 中華和え 麻婆春雨 塩分3g 熱量348Kcal	メンチカツ マスの醤油麹焼き 煮しめ 胡麻味噌和え 塩分3g 熱量369Kcal	スタミナ焼き肉 野菜春巻き 焼きそば 海藻サラダ 塩分3.4g 熱量354Kcal	のり塩チキンカツ 枝豆オムレツ フレンチサラダ ソテー 塩分3.2g 熱量359Kcal	豚ロース生姜焼き イカキャベツカツ じゃが煮 和風サラダ 塩分3.1g 熱量340Kcal	オリジナルメニュー
10日	11日	12日	13日	14日	15日
おろしポン酢カツ 根菜煮 ポテトサラダ 塩分3.3g 熱量358Kcal	油淋鶏 春雨の炒め物 ナムル風 塩分3.8g 熱量321Kcal	チェダーチーズ入 ロースハムのフライ 豆腐ステーキ玉葱ソース 辛子和え 塩分3.1g 熱量446Kcal	回鍋肉 潮の香えび海苔カツ がんものカニ風味あんかけ ごまドレ和え 塩分2.9g 熱量372Kcal	ハンバーグ デミグラスソース ひじき炒め煮 コールスローサラダ 塩分3g 熱量356Kcal	オリジナルメニュー
17日	18日	19日	20日	21日	22日
鶏肉の唐揚げ 麻婆豆腐 春雨サラダ ソテー 塩分3.4g 熱量383Kcal	鯖メンチ味噌だれかけ 胡麻しゃぶ風 土佐煮 昆布和え 塩分3.2g 熱量377Kcal	タンドリーチキン コーンコロケ ツナ大根 マリネ風サラダ 塩分3.2g 熱量339Kcal	チーズソース in メンチカツ 茄子と豚肉の味噌炒め コンソメ煮 青しそサラダ 塩分3.4g 熱量372Kcal	白身フライ わさびフレンチソース付 ささみ甘辛ダレ 肉じゃが 塩分2.8g 熱量340Kcal	オリジナルメニュー
24日	25日	26日	27日	28日	29日
ひれかつ&カレー 春雨サラダ ゆかり和え 塩分2.5g 熱量357Kcal	サバの塩麹焼き 野菜かき揚げ 具だくさん金平 甘酢和え 塩分3.4g 熱量327Kcal	鶏肉の竜田揚げ 豚キムチ 昆布の煮物 ソテー 塩分3.4g 熱量399Kcal	ハンバーグ 海老カツ ひじきの炒め煮 フレンチサラダ 塩分2.8g 熱量386Kcal	プルコギ風 海鮮チヂミ 中華旨煮 海藻サラダ 塩分3.8g 熱量304Kcal NOフライデー	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、塩分表示はおかずのみになります。
 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



SHINANNOYA.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