

9月献立表

株式会社 ハローランチサービス



月曜日 2日	火曜日 3日	水曜日 4日	木曜日 5日	金曜日 6日	土曜日 7日
海鮮黒胡椒炒め 豚串カツ 切干大根煮 ゆかり和え 塩分3.1g 熱量309Kcal	カニ足フライ 国産野菜のグラタン 炒り豆腐 海藻サラダ 塩分3.3g 熱量389Kcal	プルコギ風 三角春巻き ツナ大根 カレー甘酢和え 塩分3.2g 熱量393Kcal	ハンバーグ おろし柚子醤油ソース 味噌じゃが お浸し 塩分3.3g 熱量379Kcal	豚ロース クリーミーロゼソースかけ ふんわり白身フライ フレンチサラダ 塩分2.9g 熱量349Kcal	オリジナル メニュー
9日	10日	11日	12日	13日	14日
旨じゃがカレーコロッケ 海藻サラダ 高野豆腐の煮物 塩分3.1g 熱量359Kcal	豚キムチ イカフライ がんものカニあんかけ 酢の物 塩分3.5g 熱量402Kcal	サバの塩麹焼き メンチカツ 大根の洋風煮 おかか炒め 塩分2.8g 熱量403Kcal	ゴロっと酢豚 マカロニサラダ 金平ごぼう 塩分3.4g 熱量307Kcal	鶏の唐揚げ 麻婆春雨 大根サラダ 塩分3.2g 熱量379Kcal	オリジナル メニュー
16日	17日	18日	19日	20日	21日
敬老の日	ロコモコ風 中華炒め 酢の物 今夜は十五夜 塩分3.8g 熱量383Kcal	味噌カツ風 梅しそサラダ 金平炒め 塩分3.2g 熱量408Kcal	鶏の竜田揚げ 韓国風旨辛ソース ひじき煮 カリフラワーサラダ 塩分2.8g 熱量393Kcal	豚丼風 ポテトサラダ 辛子和え NOフライデー 塩分3.5g 熱量334Kcal	オリジナル メニュー
23日	24日	25日	26日	27日	28日
振替休日	チキン南蛮風 昆布と高野豆腐の煮物 ゆかり和え 塩分3.8g 熱量399Kcal	牛肉コロッケ カレー フレンチサラダ 塩分2.7g 熱量398Kcal	豚ロースの生姜焼き イカの天ぷら おかか煮 酢の物 塩分3.6g 熱量394Kcal	カリッとささみ揚げ きのこバター醤油オムレツ ツナじゃが煮 明太子炒め 塩分3.2g 熱量291Kcal	オリジナル メニュー
30日					
ゴロっとイカメンチ 昔ながらのナポリタン 五目ひじき ポテトサラダ 塩分2.9g 熱量408Kcal					

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