

# 12月献立表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2日	3日	4日	5日	6日	7日
マスの塩焼き 五目ひじき 海藻サラダ いちご杏仁豆腐 138kcal	ハムステーキ 花野菜サラダ フルコギ風 カニしぐれ りんごダイス缶 208kcal	豆腐ハンバーグ 煮浸し ポークビーンズ ぶどうゼリー 183kcal	鶏の唐揚げ 厚焼き玉子 ツナ大根 半月かまぼこ キャンティチーズ 162kcal	炊き込みご飯 ホッケ西京焼き 酢の物 卯の花 みかん缶 125kcal	野菜コロッケ 根菜サラダ 焼き肉 フルーツMIX缶 234kcal
9日	10日	11日	12日	13日	14日
牛すじコロッケ マカロニサラダ ハヤシ風 豚スライス パイン缶 233kcal	トマトコーンフライ ナムル風 中華旨煮 マンゴープリン 144kcal	ハンバーグきのこソース ポテトサラダ 金平ごぼう 人参さつまちゃん いちご杏仁豆腐 199kcal	ハムポテトサラダフライ ごまドレサラダ ソテー りんごダイス缶 124kcal	白身フライ ゆかり和え ツナじゃが煮 花かまぼこ ぶどうゼリー 18kcal	野菜かき揚げ スパゲティサラダ 昆布の煮物 オレンジ 134kcal
16日	17日	18日	19日	20日	21日
ホッケ塩焼き さつまいもサラダ 麻婆豆腐 キャンティチーズ 173kcal	豆腐ハンバーグ 野菜あんかけ 昆布和え 山菜炒め煮 もっちーないちご 128kcal	とんかつ フレンチサラダ カレー パイン缶 210kcal	炊き込みご飯 卯の花フライ 酢味噌和え とほろ煮 マンゴープリン 158kcal	柚子風味ささみフライ 南瓜のいとし煮 春雨の炒め物 いちご杏仁豆腐 199kcal	メンチカツ 梅和え 味噌炒め グレープフルーツ 127kcal
23日	24日	25日	26日	27日	28日
旨じゃがコロッケ ごま和え 根菜金平 カニしぐれ りんごダイス缶 182kcal	ハンバーグ おろし玉葱ソース 青しそサラダ シチュー フロマージュチーズケーキ 204kcal	サバの塩焼き マカロニサラダ ネギ塩炒め 半月かまぼこ ぶどうゼリー 175kcal	ベーコンエッグ 春雨中華 チンジャオロース キャンティチーズ 193kcal	鶏肉の天ぷら 甘酢和え とほろ炒め 人参さつまちゃん みかん缶 201kcal	ハムカツ ポテトサラダ ツナ煮 フルーツMIX缶 217kcal
30日	31日	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>今年もハローランチのお弁当を御愛食頂き、誠に有難う御座いました。 来年も今年以上に皆様へ美味しいお弁当をお届け出来るよう社員一同励んで参ります。 来年もハローランチのお弁当を宜しくお願いいたします。</p>  </div>			
年末休暇	年末休暇				

☆仕入れの都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。

\* ライスの分100gで167kcalをプラスしてください。

株式会社 ハローランチサービス  
☎(554)1612 FAX(553)7959