

2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
◎鶏の唐揚げ ◎五目ひじき ◎ポテトサラダ 塩分3.1g 熱量417Kcal	◎サバの塩麹焼き ◎和風サラダ ◎麻婆春雨 塩分2.9g 熱量418Kcal	◎すき煮風アジ梅しそフライ ◎塩きんぴら ◎酢の物 塩分3g 熱量369Kcal	◎青椒肉絲野菜春巻 ◎煮浸し ◎中華サラダ 塩分3g 熱量347Kcal	◎イカキャベツカツ肉じゃが ◎ガーリック炒め ◎ツナ和え 塩分2.7g 熱量418Kcal	オリジナルメニュー
10日	11日	12日	13日	14日	15日
◎鶏天 ガーリックトマトソースかけ ◎ごま酢和え ◎昆布の煮物 塩分2.9g 熱量287Kcal	建国記念の日	◎厚切りハムカツナポリタン ◎そぼろ煮 ◎南瓜サラダ 塩分2.7g 熱量400Kcal	◎炊き込みご飯 ◎鮭の西京メンチカツ ◎酢の物 ◎春雨のカレー炒め 塩分5.2g 熱量404Kcal	◎ハンバーグおろし玉葱ソース ◎フレンチサラダ ◎切干大根煮 NOフライデー 塩分2.8g 熱量408Kcal	オリジナルメニュー
17日	18日	19日	20日	21日	22日
◎ジューシーメンチカツ ◎ごま和え ◎ひじきの炒め煮 塩分3.1g 熱量431Kcal	◎ウイナー醤油ペッパーカツ ◎春雨サラダ ◎ツナ大根 塩分3.6g 熱量354Kcal	◎ささみフライワッフル型さつま揚げ ◎野菜炒め ◎ピリ辛甘酢 塩分3.6g 熱量443Kcal	◎豚ロース生姜焼きビーフinコロケ ◎中華旨煮 ◎青しそサラダ 塩分3.2g 熱量0.35Kcal	◎自身フライチキンステーキ ◎クリーム煮 ◎イタリアンサラダ 塩分2.9g 熱量332Kcal	オリジナルメニュー
24日	25日	26日	27日	28日	
振替休日	◎油淋鶏 ◎ナムル風 ◎切干大根煮 塩分3.4g 熱量345Kcal	メインにたっぷり ◎ごろごろカレーとんかつ ◎マヨネーズ和え ◎おおか炒め 塩分3.5g 熱量454Kcal	◎ハンバーグデミソースウイナーチーズ串カツ ◎金平ごぼう ◎ポテトサラダ 塩分2.5g 熱量393Kcal	◎炊き込みご飯 ◎ビーフカツ ◎海藻サラダ ◎卵の花 塩分5.9g 熱量399Kcal	

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



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