

# 4月献立表

株式会社 ハローランチサービス

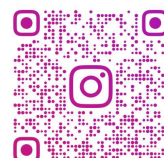


月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1日	2日	3日	4日	5日
<p>◎はデイリーランチに入るメニューとなります</p>	<p>◎アジフライ タルタルソース付</p> <p>◎高菜炒め ◎ゆかり和え 塩分3.3g 熱量361Kcal</p>	<p>◎焼肉カルビ風メンチ</p> <p>◎根菜金平 ◎フレンチサラダ 塩分3.2g 熱量408Kcal</p>	<p>◎豚ロース生姜焼き 白身フライ</p> <p>◎ツナじゃが煮 ◎酢の物 塩分3g 熱量324Kcal</p>	<p>◎牛肉コロッケ チキンステーキ</p> <p>◎おかか煮 ◎ごま和え 塩分3.2g 熱量344Kcal</p>	オリジナルメニュー
7日	8日	9日	10日	11日	12日
<p>◎とんかつ</p> <p>◎カレー ◎野菜サラダ 塩分2.7g 熱量412Kcal</p>	<p>◎ハンバーグ ガーリックトマトソースかけ</p> <p>◎野菜炒め ◎昆布の煮物 塩分3.3g 熱量352Kcal</p>	<p>◎サバの塩麹焼き ごま塩南瓜フライ</p> <p>◎筑前煮 ◎甘酢和え 塩分3.4g 熱量340Kcal</p>	<p>◎大きな鶏の唐揚げ</p> <p>◎中華サラダ ◎金平炒め 塩分3.4g 熱量394Kcal</p>	<p>◎タコキャベツカツ おたふくソースかけ</p> <p>◎ピーナツ和え ◎ひじきの炒め煮 塩分2.2g 熱量350Kcal</p>	オリジナルメニュー
14日	15日	16日	17日	18日	19日
<p>◎麻婆豆腐 塩じゃがコロッケ</p> <p>◎切干大根煮 ◎海藻サラダ 塩分2.9g 熱量386Kcal</p> <p>ごま油風味♪</p>	<p>◎油淋鶏</p> <p>◎酢の物 ◎味噌金平 塩分2.7g 熱量377Kcal</p>	<p>◎スタミナ焼き肉 ハムカツ</p> <p>◎塩焼きそば ◎五目煮 塩分3g 熱量377Kcal</p>	<p>◎肉豆腐</p> <p>◎甘酢和え ◎味噌炒め 塩分2.7g 熱量327Kcal</p> <p>NOフライデー</p>	<p>◎サワラ大葉フライ 桜エビ入りオムレツ</p> <p>◎若竹煮 ◎梅しそ和え 塩分2.6g 熱量302Kcal</p>	オリジナルメニュー
21日	22日	23日	24日	25日	26日
<p>◎竹の子コロッケ ナポリタン</p> <p>◎そぼろ煮 ◎ポテトサラダ 塩分2.6g 熱量385Kcal</p>	<p>◎豆腐ハンバーグ ねぎ味噌かけ</p> <p>メンチカツ</p> <p>◎昆布の煮物 ◎ゆかり和え 塩分3.6g 熱量415Kcal</p>	<p>◎回鍋肉 イカカツ</p> <p>◎炒り豆腐 ◎ピリ辛甘酢 塩分2.8g 熱量400Kcal</p>	<p>きたあかりコロッケ ◎ビビンバ風</p> <p>◎中華旨煮 ◎中華サラダ 塩分3.6g 熱量353Kcal</p>	<p>ハンバーグ ◎ハムポテトフライ</p> <p>◎五目ひじき ◎イタリアンサラダ 塩分3.2g 熱量366Kcal</p>	オリジナルメニュー
28日	29日	30日			
<p>◎チキンカツ おろし玉葱ソースかけ</p> <p>◎明太子炒め ◎山菜金平 塩分2.7g 熱量377Kcal</p>	<p>昭和の日</p>	<p>◎豚丼風</p> <p>◎切干大根カレー風味 ◎酢味噌和え 塩分3.8g 熱量394Kcal</p>			

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539Kcal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