

6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
◎ねぎ塩チキン ◎辛子和え ◎煮しめ 塩分3g 熱量286Kcal	◎豚ロース生姜焼き 濃厚トマトとコーンのフライ ◎切干大根煮 ◎野菜炒め 塩分2.5g 熱量379Kcal 小袋ソースは付きません	生姜入り豆腐ステーキ ◎アジフライ ◎金平ごぼう ◎ソテー 塩分3.3g 熱量412Kcal	◎豚肉の香味炒め かつおフライ ◎ツナじゃが煮 ◎酢の物 塩分3.1g 熱量391Kcal 小袋醤油付	◎チキンステーキ ◎キーマカレー ◎梅しそ和え ◎五目ひじき 塩分3.3g 熱量324Kcal NOフライデー	オリジナルメニュー
9日	10日	11日	12日	13日	14日
◎厚切りハムカツ ナポリタン ◎味噌金平 ◎酢の物 塩分4.5g 熱量375Kcal	◎麻婆豆腐 野菜春巻き ◎中華旨煮 ◎春雨サラダ 塩分3.5g 熱量361Kcal	◎レモンチキンカツ 海鮮大焼売 ◎田舎煮 ◎スパイシー炒め 塩分3.1g 熱量322Kcal	◎ハンバーグ トマトガーリックソース ◎イタリアンサラダ ◎昆布の煮物 塩分3.52g 熱量274Kcal	◎豚キムチ 枝豆オムレツ ◎おかか煮 ◎青しそサラダ 塩分3.5g 熱量338Kcal	オリジナルメニュー
16日	17日	18日	19日	20日	21日
◎夏野菜カレーコロッケ ◎スパゲティサラダ ◎ひじき煮 塩分3.3g 熱量470Kcal	◎味噌チキンカツ ◎ツナサラダ ◎そぼろ肉じゃが 塩分2.9g 熱量393Kcal	◎韓国風焼肉 甘辛カレー餃子 ◎雷こんにゃく ◎煮物 塩分3g 熱量389Kcal	◎ソースメンチ 豆腐ハンバーグ ◎塩炒め ◎酢の物 塩分4g 熱量425Kcal	◎ごろっと酢豚 ◎ナムル風 ◎切干大根煮 塩分3.2g 熱量323Kcal	オリジナルメニュー
23日	24日	25日	26日	27日	28日
◎大きな鶏の唐揚げ ◎おかか煮 ◎麻婆春雨 塩分2.8g 熱量360Kcal	◎ハンバーグデミソース ししゃもフライ ◎フレンチサラダ ◎金平ごぼう 塩分3.2g 熱量367Kcal	◎青椒肉絲 海老カツ ◎ツナ大根 塩分3.8g 熱量290Kcal	◎ピリ辛よだれ鶏風 ◎煮物 ◎ツナ和え 塩分3.4g 熱量337Kcal	◎とんかつ おろしポン酢かけ ◎野菜炒め ◎じゃが煮 塩分3g 熱量375Kcal	オリジナルメニュー
30日					
◎博多明太ポテトコロッケ ハヤシ風 ◎根菜煮 ◎セロリの浅漬け 塩分3.1g 熱量354Kcal					

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



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