

12月献立表

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	6日
味噌メンチカツ おかか煮 酢の物 マンゴーブリń 212kcal	鶏の唐揚げ ごま和え 卯の花 ぶどうゼリー 167kcal	炊き込みご飯 チースポテトフライ 春雨サラダ 肉野菜炒め みかん缶 200kcal	白身フィッシュフライ ソテー 昆布の煮物 豚かまぼこ いちご杏仁豆腐 148kcal	ささみカツ フレンチサラダ ツナ大根 パイン缶 145kcal	エビフライ 酢味噌和え 焼き肉 黄桃缶 176kcal
8日	9日	10日	11日	12日	13日
マスの塩焼き ポテトサラダ 肉豆腐 半月かまぼこ りんごダイス缶 188kcal	ハンバーグトマトソース 厚焼き玉子 野菜炒め マンゴーブリń 129kcal	コーンフライ おかか和え 肉じゃが 人参さつまちゃん みかん缶 160kcal	イカよせフライ 海藻サラダ 煮物 ぶどうゼリー 206kcal	カツ丼風煮 青しそサラダ カニ豆腐風 花かまぼこ いちご杏仁豆腐 181kcal	野菜コロッケ ごま味噌和え ひじき煮 グレープフルーツ 143kcal
15日	16日	17日	18日	19日	20日
こく旨トマトフライ さつまいもサラダ 昆布の煮物 パイン缶 193kcal	ソーセージカツ 白菜入り卵とじ スペゲティサラダ カニしぐれ りんごダイス缶 168kcal	もちさくポテトフライ 甘酢和え チャーフィー風 マンゴーブリń 179kcal	ホッケ塩焼き 鶏野菜炒め ナムル風 半月かまぼこ みかん缶 138kcal	炊き込みご飯 白身フライ 花野菜サラダ 中華炒め ぶどうゼリー 162kcal	ハムカツ スパゲティサラダ 味噌炒め フルーツMIX缶 179kcal
22日	23日	24日	25日	26日	27日
鶏の唐揚げ 金平ごぼう ケチャップ炒め 雪だるまかまぼこ いちご杏仁豆腐 212kcal	サバの塩焼き 和風サラダ そぼろ味噌炒め パイン缶 105kcal	ハンバーグ 南瓜サラダ ツナ入り切干大根 人参さつまちゃん ミニケーキ 225kcal	ごまおさつフライ 酢の物 豚丼風 りんごダイス缶 200kcal	チキンカツ 青しそサラダ シチュー 豚かまぼこ マンゴーブリń 169kcal	マスの塩焼き 海藻サラダ 中華旨煮 オレンジ 110kcal
29日	30日	31日			
年末休暇	年末休暇	<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ひいたします。</p> 			

☆仕入れの都合により献立を変更する場合が御座います。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