

# 5月献立表

株式会社 ハローランチサービス

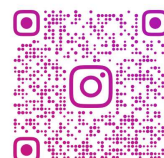


月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1日	2日
				◎アジフライ 野菜肉巻き ◎じゃが煮 ◎根菜サラダ 塩分3.2g 熱量313Kcal	オリジナル メニュー
4日	5日	6日	7日	8日	9日
みどりの日 	こどもの日 	振替休日	◎ベーコンチーズフライ ◎お浸し ◎切干大根煮 塩分2.7g 熱量358Kcal	◎すき焼き風煮 ◎ごま和え <b>NOフライデー</b> ◎ごぼうサラダ 塩分3.2g 熱量309Kcal	オリジナル メニュー
11日	12日	13日	14日	15日	16日
◎とんかつ ◎キーマカレー ◎中華風酢の物 塩分3.1g 熱量389Kcal	◎彩い野菜信田煮 ◎ゆかり和え <b>お出汁 しみしみ</b> ◎マカロニサラダ 塩分3.3g 熱量280Kcal	◎ハンバーグ おろし玉葱ソース ◎インゲンのサラダ ◎蓮根金平 塩分3.2g 熱量379Kcal	◎鶏の唐揚げ ◎春雨の炒め物 ◎大根と竹輪の煮物 塩分3.5g 熱量319Kcal	◎豚ロース生姜焼き 紫いもコロッケ ◎五目ひじき ◎高菜炒め 塩分3.6g 熱量4.7Kcal	オリジナル メニュー
18日	19日	20日	21日	22日	23日
◎牛すじコロッケ ◎麻婆豆腐 焼きビーフン ◎サラダ 塩分2.9g 熱量418Kcal	◎白身フライ 小袋タルタルソース ◎中華サラダ ◎チリソース炒め 塩分2.8g 熱量322Kcal	◎フライドチキン ◎酢味噌和え ◎金平ごぼう 塩分3.7g 熱量308Kcal	◎豚キムチ 三角春巻き ◎じゃが煮 ◎大根サラダ 塩分3.1g 熱量347Kcal	◎メンチカツ ◎酢の物 ◎ネギ塩炒め 塩分2.9g 熱量343Kcal	オリジナル メニュー
25日	26日	27日	28日	29日	30日
◎ハヤシ風 紅生姜入りイカカツ ◎五目ひじき ◎ごま和え 塩分3.3g 熱量442Kcal	◎エビフライ ◎梅しそ和え ◎山菜の煮物 塩分2.8g 熱量310Kcal	◎いももちみたらし餡かけ ◎五目中華炒め 焼きそば ◎酢の物 塩分3.6g 熱量342Kcal	◎ブラックカレーコロッケ ナポリタン ◎辛子和え ◎味噌炒め 塩分3.6g 熱量358Kcal	◎ハンバーグ クリーミーロゼソース ◎コールスローサラダ ◎ツナ大根 塩分3.1g 熱量374Kcal	オリジナル メニュー

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359Kcal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