

9月献立表

株式会社 ハローランチサービス

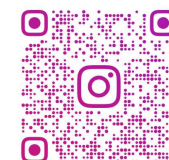


月曜日 1日	火曜日 2日	水曜日 3日	木曜日 4日	金曜日 5日	土曜日 6日
◎ネギ塩コロッケ ハヤシ風 ◎炒り豆腐 ◎フレンチサラダ 塩分3g 熱量431Kcal	◎豚キムチ 南瓜の豆腐ハンバーグ ◎じゃが煮 ◎ゆかり和え 塩分3.5g 熱量367Kcal	◎ヤンニョムチキン風 ◎たらこ炒め ◎昆布の煮物 塩分3.6g 熱量332Kcal	◎豚ロース生姜焼き おさつフライ ◎蓮根金平 ◎コンソメ煮 塩分3.6g 熱量410Kcal	◎オイスター炒め 茄子の天ぷら ◎田舎煮 ◎酢の物 塩分2.8g 熱量355Kcal	オリジナル メニュー
8日	9日	10日	11日	12日	13日
◎厚切ハムカツ とんかつソースかけ ◎ごま酢和え ◎五目ひじき 塩分2.9g 熱量368Kcal	チキンステーキ ◎アジフライ ◎味噌炒め ◎ナムル風 塩分3.5g 熱量427Kcal	◎焼き肉 豆腐ハンバーグ ◎ツナ大根 ◎ポテトサラダ NOフライデー 塩分3.4g 熱量347Kcal	◎ゴロっと 酢豚 ◎ゆかり和え ◎五目金平 塩分3.2g 熱量398Kcal	◎サバの味噌煮 野菜コロッケ ◎ポークチャップ ◎大根サラダ 塩分3.6g 熱量403Kcal	オリジナル メニュー
15日	16日	17日	18日	19日	20日
	◎ハムとベーコンの MIXフライ ◎ニラ豚 ◎ナポリタン 塩分2.9g 熱量351Kcal	◎豚ロース濃厚旨辛だれ 白身魚の天ぷら ◎中華豆腐 ◎おかか炒め 塩分3.4g 熱量320Kcal	◎ひれかつ 濃厚味噌ソースかけ ◎フレンチサラダ ◎切干大根煮 塩分2.5g 熱量362Kcal	◎茄子入りカレー 濃厚トマトコーンフライ ◎昆布の煮物 ◎スパゲティサラダ 塩分3g 熱量320Kcal	オリジナル メニュー
22日	23日	24日	25日	26日	27日
◎白身フライ タルタルソース付 ◎野菜炒め ◎肉じゃが 塩分2.8g 熱量412Kcal		◎鶏肉の唐揚げ コーンインゲン香ばし揚 ◎麻婆春雨 ◎のり塩ポテト 塩分2.9g 熱量384Kcal	◎さっぱり豚しゃぶ サバ青のいフライ ◎高野豆腐の煮物 ◎明太子スパゲティ 塩分3.4g 熱量373Kcal	◎ハンバーグ 韓国風クリーミーロゼソース ◎おかか煮 NOフライデー ◎ごまドレ和え 塩分2.9g 熱量384Kcal	オリジナル メニュー
29日	30日	◎9/26(金)クリーミーロゼソースとは・・・◎ コチュジャン、甘口唐辛子のピリ辛さと濃厚でクリーミーな味わいがくせになる韓国テイストのソースです。暑い日がまだまだ続きそうですが、食欲をそそる甘辛ソースでご飯をしっかりと食べて、厳しい残暑を乗り切りましょう!!			
アジの竜田揚げ ◎麻婆豆腐 ◎切干大根煮 ◎ポテトサラダ 塩分3.1g 熱量330Kcal	◎おろし豚カツ ◎根菜甘辛煮 ◎中華炒め 塩分3.7g 熱量388Kcal				

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



SHINANOA.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