

ハローラン東京 山六給食(株)

～厳選した日本各地の美味しいお米と栄養バランスを考えたお弁当～



各地で生産されているブランド等を食へばさし二のワ〜、
個人的には産後産後が気になる…いや、さくらも毎日食へたい…
僕は優柔不断なのワ〜

いただき 益次朗

TEL03-3736-0110/FAX03-3736-0194

[益次朗公式 Instagram] masujirou86 [HP] <http://www.yamaroku86.co.jp>



令和3年3/4月



<p>545 Kcal/塩分3.1g 29日(月) チキンステーキとさっぱり和風おろしソースがけ 白身魚フライ 〇ハッシュドビーフ 〇フレッシュサラダ 〇昆布と豆の煮物</p>	<p>378 Kcal/塩分3.2g 5日(月) 風味がGood! しょうが味が旨い コンソメ仕立てのベーコン入りフライ スパイス・タンドリー・ホーク 〇グリーンチキ 〇ハンパツナサラダ 〇胡麻昆布とらいつゆ煮</p>
<p>516 Kcal/塩分4.0g 30日(火) 春らしい一品 旬と菜の花の豆腐ステーキ白だしあん 厚切り!!ソーセージカツ 〇肉野菜炒め 〇アロニソサラダ 〇パプリカおろし和え</p>	<p>373 Kcal/塩分3.4g 6日(火) シャキッと美味しい! 食べ応えも十分! 国産キャバツリメンチカツ ホッケの味噌醤油焼き 〇ヒカリフィッシュの煮物 〇スパゲティサラダ 〇若菜と山菜の和え物</p>
<p>301 Kcal/塩分3.1g 31日(水) やわらか豚ロースのヒリ辛!!照り焼き 鰯の糸紅生姜衣天ぷら 〇じゃが芋の味噌煮 〇大根とアヲの和風サラダ 〇ハンパツナ</p>	<p>430 Kcal/塩分3.6g 7日(水) 益次朗の黒胡椒風味鶏の竜田揚げ ふんわり王子チリソース 〇蓮根とたまあじの味噌炒め 〇春雨サラダ 〇ねぎ塩もやし</p>
<p>358 Kcal/塩分2.5g 1日(木) 新年度初日は2倍盛り! 益次朗の定塩刊銀鮭 牛すき焼き風コロケ 〇きんぴらごぼう 〇もち中華の煮物 〇いんげんの胡麻和え</p>	<p>455 Kcal/塩分3.9g 8日(木) 豚肉のスタミナ焼き肉炒め&麻婆茄子 野菜たっぷり春巻き 〇厚焼き玉子 〇大根とアヲの胡麻サラダ 〇ササゲとアヲ</p>
<p>537 Kcal/塩分3.7g 2日(金) 大人気!! 益次朗の手作り鶏の唐揚げ 鯖の柚子味噌漬焼き 〇炊き込みご飯 〇海苔サラダ 〇小松菜とアヲの和え物</p>	<p>345 Kcal/塩分3.0g 9日(金) 相性抜群!! 間違いない美味! 特製カレーソースハンバーグ 帆立のクリームコロケ 〇肉じゃが 〇コールスロサラダ 〇チンゲン菜と蒲鉾のおひたし</p>

- ・お弁当は配達時から喫食をされるまでの間、炎天下や高温多湿となる場所は避け、涼しく風通しの良い場所で保管し、当日午後1時までにお召し上がり下さい。
- ・万が一、開蓋後に異臭、異物、異変が見られた場合は、即喫食を中止していただき、お手数ですが当店までご連絡をお願い致します。
- ・エネルギー表示値は目安となります。・ライスは1食あたり380Kcalです。・仕入れの状況によりメニューの内容が変更されることがありますのでご了承下さい。