

ハローランチ東京 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～

TEL03-3736-0110/FAX03-3736-0194

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



僕の長年の謎に
何を言ってるのか全然分らない飛龍革命が
やっと判明してけいこに奪世のターナー!!!

いただき 益次郎



令和3年11月



<p>362 Kcal/塩分3.0g</p> <p>8日(月)</p> <p>やわらか豚ロースの磯辺天〜天つゆ付き ツナマヨinオムレツ</p> <p>○金平ごぼう ○フロッピーサラダ ○チンゲン菜の胡麻味噌和え</p>	<p>424 Kcal/塩分4.1g</p> <p>15日(月)</p> <p>チキンカツ〜大根おろしホ酢〜 サワラの胡麻味噌漬いれ焼き</p> <p>○五目旨煮 ○スパゲティサラダ ○親洗メソレの梅和え</p>
<p>409 Kcal/塩分3.9g</p> <p>9日(火)</p> <p>カニ風味グラタンフライ ディアボラ風チキン</p> <p>○シマメンチオレト ○イタリパサラダ ○昆布の佃煮</p>	<p>601 Kcal/塩分4.9g</p> <p>16日(火)</p> <p>海老フライ×2本〜タルタルソース添え 照り焼きハンバーグ</p> <p>○蓮根とさつまあげの味噌炒め ○人参サラダ ○高菜の油炒め</p>
<p>341 Kcal/塩分3.9g</p> <p>10日(水)</p> <p>ボリューム満点!!! 三元豚かつ煮</p> <p>○ひじきの炒め煮 ○白菜とチリの青じょうろ ○ねぎ塩もやし</p>	<p>425 Kcal/塩分3.9g</p> <p>17日(水)</p> <p>益次郎の手作り鶏の唐揚げ黒酢ダレ ニシンの豆板醤油焼き</p> <p>○春巻の中巻炒め ○白菜とわかずの胡麻和え ○ササギ</p>
<p>393 Kcal/塩分4.4g</p> <p>11日(木)</p> <p>とろりチーズ入りニ層仕立てメンチカツ カレイのムニエルきのこクリームソース</p> <p>○オホムネのピザ ○大根とツナのレンチンサラダ ○山くらげ</p>	<p>414 Kcal/塩分4.1g</p> <p>18日(木)</p> <p>揚げサゴシの生姜風味野菜あんかけ 豚肉の生姜焼き炒め</p> <p>○サゴシの揚げ物 ○わかずと大根の煮物 ○わかずと大根の煮物 ○わかずと大根の煮物</p>
<p>378+31Kcal/塩分0.4g 371 Kcal/塩分3.1g</p> <p>12日(金)</p> <p>山菜御飯!豚丼風煮&ゆかりがき揚げ ホウチンの柚子胡椒焼き</p> <p>○厚焼き玉子 ○オムレツサラダ ○茗茶とえのき梅和え</p>	<p>465 Kcal/塩分3.5g</p> <p>19日(金)</p> <p>サクリ衣の牛肉コロッケ&バジルチキンソテー 根菜ときのこのカレー</p> <p>○ほうれん草のツナ和え ○コロッケサラダ ○お福漬</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。