

# 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～



今日の別腹は、明日の脇腹



TEL03-3736-0110/FAX03-3736-0194

毎朝お弁当の写真を更新【益次朗公式Instagram → masujirou86】  
メニューがご覧になれます【HP → <http://www.yamaroku86.co.jp>】



令和6年6月

304 kcal/塩分8g	甘辛く味付けた牛肉餡を しっとりなホシで包んだ... 二層仕立ての牛肉コロケ 鱈のあんが焼き生姜あん	326 kcal/塩分70g	オスマック!! 柔らかな美味い 国産チキンカツ～辛子付きソース カレーのソテーバジルソース
3日(月)	○さんぴらごぼう ○若芽とオクラの和え物 ○ホウチモヤシ	10日(月)	○バーコニトマトのペンネ ○白菜のフリチサラダ ○高菜油炒め
369 kcal/塩分2.9g	{カブリーな海老が 楽しい食感♡} 海老カツ～タルタルソース付き～ 鶏の柚子風味照り焼き	337 kcal/塩分7.1g	野菜たっぷりあんが 良く絡んでワァッ! 宗助タラの唐揚げ甘酢ダレ 豚ロースの胡麻味噌焼き
4日(火)	○高野豆腐と根菜の煮物 ○マカロニサラダ ○椎茸昆布佃煮	11日(火)	○五目ふき煮 ○ブロッコリーのあやめ和え ○しほわかめ
349 kcal/塩分3.0g	ホーツク海産サモンの塩焼き&イカのかき揚げ 豚肉の焼き肉炒め	334 kcal/塩分7.1g	{ふんわり豆腐が 優しいお味♡} 五目豆腐天カニ風味あんかけ 鶏の甘生麹西京焼き
5日(水)	○竹輪とコニャクの味噌炒め ○サーサンのピリ辛和え ○石巻わかめ	12日(水)	○セリフリと大根の味噌の煮 ○白菜の塩昆布和え ○梅かつおササゲ
367 kcal/塩分7.1g	益次朗の手作り鶏の唐揚げ葱塩レモンたれ 鯖のピリ辛味噌漬け焼き	389 kcal/塩分3.0g	ホワイトソースin/ムチスラヤ&トマトチキンカレー ミートムツ粒マスタードソース
6日(木)	○海鮮中華旨煮 ○春雨とひらひらのサラダ ○穂先×マテ油	13日(木)	○五目うのた ○枝豆とコーンのサラダ ○福神漬け
381 kcal/塩分2.9g	{嬉しい♡ 2種盛り!!} オクラのお身詰め天&南瓜天～天つゆ～ おろし玉葱ソースハンバーグ	399 kcal/塩分2.8g	九州・沖縄産の牛と 霧島黒豚をブレンド!! 豪華!!黒毛和牛×チキンカツ 海鮮チヂミ香味ダレ
7日(金)	○じゃが煮 ○小松菜とかにかまのお浸し ○旨辛生姜昆布佃煮	14日(金)	○野菜炒め ○スロガールのマヨサラダ ○しその実山菜

万が一、開蓋後に異臭、異物、異変が見られた際は、即喫食を中止して頂き、お手数ですが弊社までご連絡をお願い致します。  
エネルギー表示は目安となります。ライスは1食あたり380kcalです。仕入れの状況により内容が急遽変更となる場合がございますのでご了承ください。