

お客様各位



《 10/3(月)～8(土) 》

3 (月) 特選紅鮭カマ塩焼、小松菜と大根煮、絹厚揚げ煮
466cal 勾玉海老カツ、玉葱のわさびドレ和え、金平牛蒡
(たんぱく質 35.3g 脂質 36.1g 塩分 2.9g)

4 (火) 照り焼きハンバーグ、春雨中華サラダ、焼き蓮根
490kcal 法蓮草と玉葱のコンスープがけ、蟹クリームコロッケ
(たんぱく質 30.5g 脂質 40.9g 塩分 2.8g)

5 (水) 北海道産サンマ開き焼、白菜とチキンの甘辛炒め
473kcal キャベツメンチカツ、大根とレタスの和風ドレ和え
(たんぱく質 36.2g 脂質 36.4g 塩分 2.9g)

6 (木) 月見風豚すきうどんと豆腐煮、たこ酢、野菜平天
488kcal 四川旨辛コロッケ、トルティーヤと根菜のサラダ
(たんぱく質 32.6g 脂質 39.7g 塩分 2.8g)

7 (金) 金華鯖の天ぷらと野菜の旨辛あん、豆腐と玉子煮
479kcal 野菜の塩麹ダレ炒め、マカロニサラダ、揚げ竹輪
(たんぱく質 35.7g 脂質 37.3g 塩分 2.8g)

8 (土) 中華海鮮八宝菜、ピリ辛坦々麺、国産鶏つくね煮
482kcal イカ寄せフライ、大根と胡瓜の中華酢、金平蒟蒻
(たんぱく質 31.5g 脂質 39.5g 塩分 2.9g)

- ◇ 涼しい場所に保管して頂き、お早めに召し上がって頂くようお願い致します。
- ◇ 仕入れの都合により、内容を変更する場合があります。全てのメニューを記載していません。
- ◇ アレルギーがある方は、お問い合わせ下さい。
- ◇ カロリー表示には、ご飯240g(約350kcal)は含んでおりません。
- ◇ 成分表示は、メニュー作成時の数値ですので、あくまでも目安として考えて下さい。
- ◇ タレやソース類の小袋は電子レンジ不可の為、取り出してから温めて下さい。
- ◇ 土曜日は使い捨て容器で配達させていただきます。



お問合せ先：0120(72)0541 / E-Mail：mail@e-hamanoya.jp



Tel 06(6493)7147 Fax 06(6493)7149
本社/工場 〒661-0962 兵庫県尼崎市額田町22-23
配送センター [神戸・玉津・播磨・加西・姫路・泉大津・東大阪]