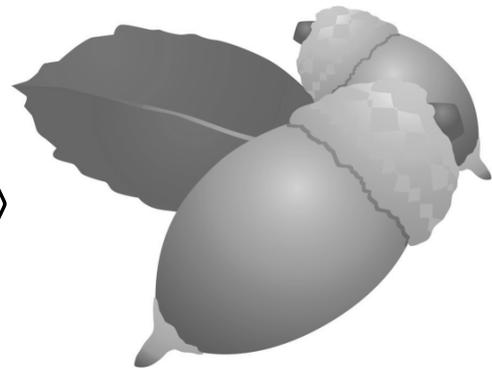


お得意様各位



《 10/31(月)~11/5(土) 》

31(月) 国産卵と鶏の親子カツ、青菜と茸と刻み揚げ煮
483kcal 豚挽き肉とニンニクの芽の炒め物、ポテトサラダ
(たんぱく質 34.2g 脂質 38.5g 塩分 2.8g)

1(火) 若鶏もも唐揚、法蓮草と茄子の煮浸し、切干大根
503kcal シェルマカロニとグリル野菜のトマトバジルソース
(たんぱく質 32.7g 脂質 41.3g 塩分 2.9g)

2(水) イワシ煮付と根菜と豆腐煮、厚焼玉子、揚げ竹輪
470kcal 味噌ダレ豚カツ、野菜の塩麴炒め、胡麻かぼちゃ
(たんぱく質 35.6g 脂質 36.4g 塩分 2.8g)

3(祝) ~文化の日~

4(金) カレーコロッケと野菜のカレーがけ、絹厚揚げ煮
489kcal 大根と鯖ほぐし身和え、スパサラ、法蓮草のお浸し
(たんぱく質 30.5g 脂質 40.8g 塩分 2.9g)

5(土) 厚切りハムカツ、モヤシと玉子のオイスター炒め
476kcal ソース焼そば、白菜と椎茸の旨煮、大根とワカメ酢
(たんぱく質 30.3g 脂質 39.4g 塩分 2.8g)

- ◇ 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]