

お得意様各位

《 11/28(月)~12/3(土) 》



28(月) 蟹グラタンフライ、青菜と刻み揚げ煮、厚焼玉子
461kcal しめ鯖と玉葱の酢和え、竹輪の甘辛炒め、椎茸煮
(たんぱく質 32.1g 脂質 37.0g 塩分 2.8g)

29(火) 北海道サンマ開き焼、ピザポテト春巻、豚串カツ
478kcal 根菜の八丁味噌煮込み、菜の花のかぼちゃ和え
(たんぱく質 35.5g 脂質 37.3g 塩分 2.8g)

30(水) 若鶏もも肉の塩麴焼、たこ焼と白菜の明石焼風
492kcal イカフライ、トルティーヤと根菜の明太マヨサラダ
(たんぱく質 33.2g 脂質 39.9g 塩分 2.9g)

1 (木) 特選アジ開きフライ、厚切りロースハムステーキ
484kcal ペンネと胡瓜のツナマヨ和え、アスパラと白菜煮
(たんぱく質 34.7g 脂質 38.4g 塩分 2.8g)

2 (金) ポークメンチカツのカレーソース、五目ひじき煮
497kcal 春雨と赤玉葱ピクルスのサラダ、ゴーヤチャンプルー
(たんぱく質 31.4g 脂質 41.3g 塩分 2.8g)

3 (土) 甘辛ダレ手羽先唐揚げ、ポテトとベーコンのバター炒め
473kcal 京都新丹波黒豆腐饅頭と青菜煮、自社製大根漬
(たんぱく質 33.8g 脂質 37.5g 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頂きます。



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]