

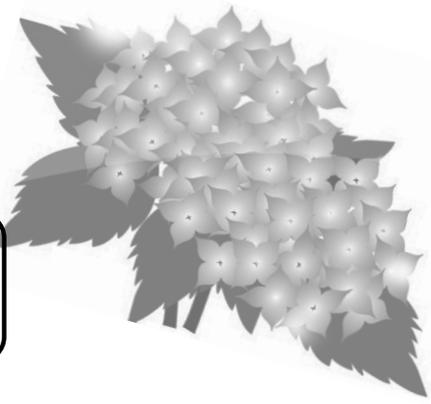
お得意様各位

## 《 6/13(月)~18(土)のメニュー 》

メニューやお弁当写真、いろいろな情報を発信していきます  
アカウントをお持ちの方はご登録お願い致します



[www.facebook.com/hamanoya0408/](http://www.facebook.com/hamanoya0408/)



13(月) 7のおっきな北海道男爵牛肉コロッケ、野菜麻婆  
479kcal 厚切ハムステーキ、法蓮草のバターソテー、白桃  
(たんぱく質 30.7g 脂質 39.6g 塩分 2.8g)

14(火) 紅生姜入りカリカリささみ揚げ 胡瓜と玉葱の酢の物  
457kcal 鯖の塩焼、春雨炒め、かぼちゃと小豆のいところ煮  
(たんぱく質 33.4g 脂質 35.9g 塩分 2.9g)

15(水) 特選ロースカツとし、豆腐と焼き茄子の煮浸し  
484kcal トルティーヤと根菜の辛マヨサラダ、野菜炒め  
(たんぱく質 29.1g 脂質 40.8g 塩分 2.9g)

16(木) 九州赤鶏手羽元唐揚、柔らかイカと白菜の中華旨煮  
470kcal フライドスイートポテトの肉じゃが、ミートスパゲティ  
(たんぱく質 34.3g 脂質 37.0g 塩分 2.8g)

17(金) 玉子ベーコンマヨカツ、青高菜炒め、ポテトサラダ  
459kcal 大阪〇将のもっちり水餃子、若芽と玉葱の甘酢和え  
(たんぱく質 32.8g 脂質 36.4g 塩分 2.9g)

18(土) 鶏天、甘海老唐揚、根菜味噌煮、臭わなキムチ漬  
467kcal 焼豚と玉葱の炒め物、モヤシと人参と青菜のナムル  
(たんぱく質 32.7g 脂質 37.4g 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 ]