

お得意様各位

《 7/4(月)～9(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/



4 (月) 瀬戸内塩レモンチキンカツ、若鶏レバーの旨煮
474kcal 蓮根の磯辺天ぷら、2種茸と法蓮草のペペロン炒め
(たんぱく質 33.1g 脂質 37.9g 塩分 2.9g)

5 (火) 骨無しアブラカレイの洋風南蛮漬(カットレモン付)
453kcal ソース焼そば、五目ひじき煮、小松菜の胡麻和え
(たんぱく質 34.4g 脂質 35.0g 塩分 2.8g)

6 (水) 特選海老カツ&スペイン産ペッパーポークのタルタル
464kcal 蓮根と里芋の田舎煮、たこ酢、法蓮草のお浸し
(たんぱく質 28.8g 脂質 38.7g 塩分 2.9g)

7 (木) ごま油香る塩じゃがコロッケ、ノルウェー産鯖塩焼
485kcal 蟹とトマトのクリームソーススパゲティ、金平牛蒡
(たんぱく質 35.2g 脂質 38.2g 塩分 2.8g)

8 (金) 特撰九州若鶏の竜田揚げ、カレージャーマンポテト
475kcal 蓮根の香ばしタレ焼、野沢菜とメカブの松前漬風
(たんぱく質 31.6g 脂質 38.7g 塩分 2.9g)

9 (土) チーズin南瓜の包み揚げ、春雨と焼豚のピリ辛炒め
449kcal 野菜たっぷり彩りサラダ(旨みベーコンと黒胡椒ドレ付)
(たんぱく質 31.4g 脂質 35.9g 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]