

お客様各位



《 8/29(月)~9/3(土) 》

29(月) 海老カツのピクルス入りタルタルがけ、金平大根
475kcal 韓風チヂミ、法蓮草のお浸し、モヤシの中華炒め
(たんぱく質 32.3g 脂質 38.4g 塩分 2.8g)

30(火) 細切り豚肉とピーマンの青椒肉絲、根菜の煮合わせ
487kcal 鱈の香味焼、コーンのかき揚げ、和風スパゲティ
(たんぱく質 36.7g 脂質 37.8g 塩分 2.8g)

31(水) 紅生姜入りカリカリささみ揚げ、ジャーマンポテト
468kcal キャベツとツナとコーンのサラダ、青菜と油揚げ煮
(たんぱく質 34.6g 脂質 36.6g 塩分 2.9g)

1(木) 特選つみれ蓮根ハンバーグと野菜の和風あんかけ
471kcal イカたっぷりカツ、マカロニサラダ、カレー炒め
(たんぱく質 30.2g 脂質 38.9g 塩分 2.9g)

2(金) アジ開きフライ、大根と里芋の味噌煮、金平牛蒡
451kcal 九州産地鶏の炭火焼、メカブとじゃこのとろろ和え
(たんぱく質 30.5g 脂質 36.5g 塩分 2.8g)

3(土) 桜島鶏野菜つくね、国産アジチーズカツ、焼き芋
464kcal 具沢山黒胡麻フィリングと彩り野菜のヘルシーサラダ
(たんぱく質 32.5g 脂質 37.1g 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]