

(株)ヒライ給食宅配サービス ご注文先

☎0120-047-949

(ご連絡は月曜から金曜の10時~17時となります。土祝日は配達のみ)

日付		2/2	2/3	2/4	2/5	2/6	2/7	2/8	
曜日		月	火	水	木	金	土	日	
減塩 低カロリー 味の彩	4 から 5 種類 のお惣菜	一食の塩分が3・0g以下（週平均）	カレイの柚子胡椒焼き(鬼かまぼこ添え)	鶏肉の味噌焼き	菜の花入りオムレツ&柔らかオーストンかつ	牛肉と大根旨煮	筑前煮	海鮮と厚揚げの野菜炒め	
			里芋旨煮/鶏肉と野菜のカレー炒め/ほうれん草和え物/漬物	大豆五目煮/蓮根と野菜の炒め物/マカロニサラダ/漬物	小松菜和え物/ツナじゃが煮/金平ごぼう/茶花豆	じゃこと野菜の醤油麹炒め/焼きそば/大根のごま酢和え/漬物	さつま芋サラダ/しょうゆ豆腐ナゲット/白菜酢物/漬物	なすの味噌炒め/黒酢肉団子/野菜の梅風味和え/漬物	ブロッコリーのごま和え/南瓜と茄子の煮物/もやしナムル/黒豆
			エネルギー228Kcal	エネルギー291Kcal	エネルギー309Kcal	エネルギー408Kcal	エネルギー341Kcal	エネルギー347Kcal	エネルギー265Kcal
			タンパク質11.6g 脂質7.7g 炭水化物28.9g 塩分2.1g	タンパク質17.4g 脂質13.1g 炭水化物27.6g 塩分1.9g	タンパク質18.7g 脂質14.2g 炭水化物31.3g 塩分2.1g	タンパク質14.8g 脂質30.3g 炭水化物19.1g 塩分2.0g	タンパク質10.3g 脂質20.9g 炭水化物31.4g 塩分2.0g	タンパク質19.4g 脂質18.5g 炭水化物28.4g 塩分2.6g	タンパク質16.5g 脂質9.7g 炭水化物28.7g 塩分2.0g

減塩 低カロリー	味の彩菜々	6種類のお惣菜	一食の塩分が3・5g以下（週平均）											
			野菜のつくね 巻き		肉豆腐煮 （豚肉）		サバの生姜照り 焼き		がんも入り炊き 合せ		白身魚の味噌 マヨネーズ焼き		海鮮フライ （エビカツ・ホタテ風 味フライ）	
			オムレツ/青菜の中華炒め/キムチ風和え物/茶花豆/漬物		コロッケ/野菜の塩麹炒め/いんげんごま和え/豆昆布煮/漬物		蓮根とひじきのサラダ/野菜の七味炒め/もやしとハムのナムル/さつま芋甘露煮/漬物		ゆずおろし肉団子/豚肉入り和風炒め/青菜の辛子和え/三色豆/漬物		アスパラガスのバターソテー/デミハンバーグ/ポトフ/うぐいす豆/漬物		ナポリタンスパゲティ/ほうれん草のコンソメソテー/大根和え物/白いんげん豆/漬物	
			エネルギー313Kcal		エネルギー422Kcal		エネルギー287Kcal		エネルギー312Kcal		エネルギー283Kcal		エネルギー352Kcal	
タンパク質13.3g 脂質19.7g 炭水化物31.1g 塩分2.3g		タンパク質14.8g 脂質30.5g 炭水化物25.1g 塩分2.3g		タンパク質16.7g 脂質17.4g 炭水化物21.0g 塩分1.8g		タンパク質12.7g 脂質16.0g 炭水化物31.6g 塩分2.0g		タンパク質18.7g 脂質11.0g 炭水化物29.5g 塩分2.7g		タンパク質10.2g 脂質18.0g 炭水化物39.9g 塩分2.6g				

元気堂の玄米パン(4種類) 好評販売中です
消費期限は配達日から6日間。
冷蔵保管です。
下記の注文書に種類、個数そして配達希望日をご記入ください



元気堂の玄米パン(4種類)好評販売中です
消費期限は配達日から6日間。
冷蔵保管です。
下記の注文書に種類、個数そして配達希望日をご記入ください

満足	4 から 5 種類 のお惣菜	普通食	エビカツ		あぶり焼きチキン&オムレツ		アジの天ぷら		炭火焼き粗びきつくね&白身魚フライ		黄金生姜メンチカツ&竹輪サラダ天		ツナマヨフライ		豚肉のネギ塩炒め	
ポークチャップ/彩り野菜のナムル/他			肉野菜炒め/ポテトサラダ/他		豚と野菜のみそ炒め/オクラの胡麻和え/他		白菜と柚子の酢の物/マーボーなす/他		チンジャオロース/切り干し大根煮/他		蓮根の金平/大根と胡瓜のサラダ/他		南瓜コロッケ/ごぼうサラダ/他			

アレルギー物質表示 小麦 乳成分 卵 そば 落花生 エビ カニ くるみ