

ハローランチ

3
2023 March

デリシヤス

笑顔と健康をお届けします。
地域の旬を、地域の味で！

野菜たっぷりメニュー！

Hello Lunch Delivery

とり天の明太マヨソース

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

土曜日は
オリジナルメニューを
お届けします！

みんなで止めよう地球温暖化

MY箸を使おう！

ハローランチグループでは
地球資源保護（森林伐採の防止）のため
割り箸の廃止をめざしております。
従来の割り箸の代わりにMY箸で
おいしくハローランチをお召し上がりください。

ご協力をお願いいたします。



1 ビビンバ風焼き肉

熱量 370kcal タンパク質 17.4g 脂質 20.6g 炭水化物 26.0g 食塩相当量 3.9g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 エビ カニ



2 チーズインメンチ

熱量 367kcal タンパク質 13.0g 脂質 20.7g 炭水化物 28.0g 食塩相当量 2.9g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 落花生 エビ カニ



3 豚肉のセサミ焼き

熱量 335kcal タンパク質 15.1g 脂質 17.3g 炭水化物 24.5g 食塩相当量 2.9g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 落花生 エビ カニ



6 ミートボールシチュー

熱量 391kcal タンパク質 11.6g 脂質 23.1g 炭水化物 31.5g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 エビ カニ



7 豚丼風

熱量 411kcal タンパク質 15.6g 脂質 19.8g 炭水化物 37.2g 食塩相当量 5.6g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 エビ カニ

炊き込みご飯



8 青じそおろしトンカツ

熱量 409kcal タンパク質 13.7g 脂質 21.9g 炭水化物 35.2g 食塩相当量 3.7g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 エビ カニ



9 手羽先風タレ唐揚げ

熱量 401kcal タンパク質 18.4g 脂質 21.2g 炭水化物 30.0g 食塩相当量 2.9g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 落花生 エビ カニ

ご当地メニュー
名古屋
胡椒が効いた
ごま入りの甘辛タレを
からめました！



10 肉みそ豆腐ステーキ

熱量 371kcal タンパク質 10.7g 脂質 19.7g 炭水化物 32.2g 食塩相当量 3.9g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 エビ カニ

※写真はイメージです。
※弁当容器でお届けします。



13 照りタルハンバーグ・コロッケ
熱量 411kcal タンパク質 15.7g 脂質 18.1g 炭水化物 44.0g 食塩相当量 3.3g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



14 チキンチリソース
熱量 312kcal タンパク質 17.7g 脂質 9.5g 炭水化物 35.6g 食塩相当量 3.0g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



15 焼き肉
熱量 356kcal タンパク質 17.6g 脂質 18.5g 炭水化物 25.6g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



16 ひれかつ
熱量 375kcal タンパク質 14.0g 脂質 15.4g 炭水化物 40.9g 食塩相当量 3.2g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



17 とり天の明太マヨソース
熱量 458kcal タンパク質 19.6g 脂質 29.1g 炭水化物 28.1g 食塩相当量 3.5g
使用原料 卵 乳 小麦 エビ



20 豚肉の黒胡椒炒め
熱量 420kcal タンパク質 19.3g 脂質 24.2g 炭水化物 28.6g 食塩相当量 3.0g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



21 春分の日



22 チキンカツ わさびフレンチソース
熱量 371kcal タンパク質 15.6g 脂質 17.4g 炭水化物 34.1g 食塩相当量 2.6g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



23 えびかつ
熱量 374kcal タンパク質 17.6g 脂質 14.5g 炭水化物 39.3g 食塩相当量 5.6g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



24 豚生姜焼きコロッケ
熱量 432kcal タンパク質 11.6g 脂質 21.7g 炭水化物 44.3g 食塩相当量 3.5g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



27 ハムカツ
熱量 377kcal タンパク質 12.6g 脂質 16.4g 炭水化物 41.1g 食塩相当量 3.0g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



28 鶏の唐揚げ
熱量 399kcal タンパク質 17.7g 脂質 23.8g 炭水化物 25.2g 食塩相当量 3.5g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



29 ハンバーグ&メンチカツ
熱量 460kcal タンパク質 22.1g 脂質 20.4g 炭水化物 42.9g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦



30 豚肉の塩だれ焼き
熱量 405kcal タンパク質 13.2g 脂質 23.6g 炭水化物 28.9g 食塩相当量 3.1g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



31 のり塩風味ささみ揚げ
熱量 339kcal タンパク質 14.0g 脂質 17.2g 炭水化物 29.7g 食塩相当量 3.3g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

！食中毒防止ご協力のお願い

- 昼食は配達当日の午後1時迄にお召し上がりください。
- 陽のあたらない風通しの良い場所に保管してください。
- 直射日光のあたる場所、極端に温度の高い所、湿気の多いジメジメした場所に置かないでください。
- もし万が一、開蓋後、異臭、異物、異変など見られた時、即喫食を中止して当店にご連絡ください。

使用している7大アレルギー原料の表示をしています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

- 地域により弁当容器が異なる場合がございます。
- 材料入手の関係で多少の変更をさせていただく場合もございます。
- 地域によって食材の変更をさせていただく場合もございます。
- コロッケやフライなど中身が見えるように切っておりますが実際のお弁当は切らずに盛り付けてある場合がございます。
- 掲載している栄養素は、おかずのみの数値です。(目安として表示しております。)

ご飯のカロリー表 お米は国産米を使用しています。

	熱量	蛋白質	脂質	炭水化物
ご飯100g	156kcal	2.0g	0.2g	34.6g
普通盛り230g	359kcal	4.6g	0.5g	79.6g
大盛り280g	437kcal	5.6g	0.6g	96.9g

※普通盛りと大盛りの量は、店舗により異なる場合がございます。(目安として表示しております。)

Q & A

Q.健康管理は？ 栄養バランスを考え、おかずのみのカロリーを表示しています。

Q.美味管理は？ 真心込めた手作りの味。

Q.衛生管理は？ 盛付けにはオリジナルの、使い捨て無菌シートを使用しています。

※ご注文は、FAXまたは電話でお願いします。

- 容器の回収が翌日になる場合もございますのでご了承ください。
- 弁当容器のまま電子レンジにかけないでください。

※掲載した写真の一切の無断転写、複製を禁じます。

全国VCチェーン総本部
〒950-0863 新潟市東区加賀新1丁目842-23 (株)ハロージャパン
TEL025-270-6586(代) <http://www.hello-japan.co.jp/>

この印刷物は環境に配慮した植物性インキを使用しています。

会議用弁当、行楽弁当、オードブル等ご予算に合わせ調製致します。お気軽にお問い合わせください。

株式会社 松阪給食センター
三重県松阪市上川町1711-5
TEL (0598) 51-7700 FAX (0598) 51-3262

お申し込みは

お申し込み書

お申し込み書

	3月	1火	2水	3金	4土	5日	6月	7火	8水	9木	10金	11土	12日	13月	14火	15水	16木	17金	18土	19日	20月	21火	22水	23木	24金	25土	26日	27月	28火	29水	30木	31金	
デリシャス		個	個	個	個	※		個	個	個	個	個	個		個	個	個	個	個	個		個	個	個	個	個	※		個	個	個	個	
ロイヤル		個	個	個	個	※		個	個	個	個	個	個		個	個	個	個	個	個		個	個	個	個	個	※		個	個	個	個	
お客様名						ご住所						TEL																					
様																																	

●食数の変更は早めにお問い合わせ致します。時間によりお受けできない場合がございます。
 なおご連絡は間違い防止のためFAXでお願いします。

●金曜日までに申込み書に食数を明記の上、担当係員にお渡しください。また、貴社のお休み日を上記の日付に○印を付していただければ幸いです。