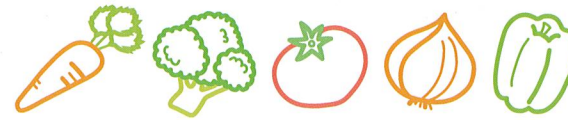


2021

5

May

野菜たっぷりメニュー!



ハローランチ Royal ロイヤル

笑顔と健康をお届けします。地域の旬を、地域の味で!

私たちは
持続可能な開発目標
(SDGs)を
支援しています

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS



Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

憲法記念日

3

みどりの日

4

こどもの日

5

6

とんかつ・金平ごぼう

熱量 523kcal タンパク質 15.8g 脂質 26.4g 炭水化物 52.6g 食塩相当量 2.6g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

7

油淋鶏・焼き魚

熱量 424kcal タンパク質 24.1g 脂質 18.4g 炭水化物 37.5g 食塩相当量 4.7g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

プレミアムメンチ

10

熱量 551kcal タンパク質 18.6g 脂質 31.5g 炭水化物 46.3g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

タンドリーチキン・豆腐ひき肉包み揚げ

11

熱量 406kcal タンパク質 15.1g 脂質 21.2g 炭水化物 36.7g 食塩相当量 3.5g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

魚の山椒風味焼き

12

熱量 445kcal タンパク質 21.6g 脂質 22.2g 炭水化物 35.0g 食塩相当量 3.9g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

海老フライ&ハンバーグ

13

熱量 584kcal タンパク質 26.1g 脂質 25.0g 炭水化物 62.0g 食塩相当量 3.6g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

鶏の唐揚げ・焼きそば

14

熱量 527kcal タンパク質 21.7g 脂質 29.4g 炭水化物 40.1g 食塩相当量 2.9g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



17 プルコギ風・たけのこコロケ
 熱量 526kcal タンパク質 19.2g 脂質 30.0g 炭水化物 41.4g 食塩相当量 3.3g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



18 ごま味噌チキンカツ
 熱量 490kcal タンパク質 21.7g 脂質 28.7g 炭水化物 24.4g 食塩相当量 3.3g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



19 ミニとんかつ&カレー
 熱量 462kcal タンパク質 19.8g 脂質 24.6g 炭水化物 44.3g 食塩相当量 3.9g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



20 豚しゃぶ風
 熱量 444kcal タンパク質 19.8g 脂質 18.4g 炭水化物 46.2g 食塩相当量 3.1g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



21 ハムカツ・牛丼風煮
 熱量 508kcal タンパク質 23.4g 脂質 25.0g 炭水化物 45.2g 食塩相当量 3.0g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



24 串フライ・イタリアンオムレツ
 熱量 375kcal タンパク質 11.6g 脂質 16.9g 炭水化物 43.2g 食塩相当量 3.7g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



25 豚肉のセサミ焼き
 熱量 364kcal タンパク質 16.9g 脂質 15.5g 炭水化物 35.8g 食塩相当量 3.0g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



26 レモン塩ポン唐揚げ
 熱量 547kcal タンパク質 23.7g 脂質 31.8g 炭水化物 38.4g 食塩相当量 4.2g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



27 いか天・生姜焼き
 熱量 530kcal タンパク質 28.3g 脂質 26.3g 炭水化物 32.5g 食塩相当量 3.5g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



28 トマト包みメンチ
 熱量 505kcal タンパク質 24.7g 脂質 29.9g 炭水化物 33.3g 食塩相当量 4.1g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



31 デミソース煮
 熱量 451kcal タンパク質 14.2g 脂質 25.0g 炭水化物 40.2g 食塩相当量 2.6g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

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。

食事バランスガイド
 あなたの食事は大丈夫?
 この「食事バランスガイド」は、健康な方々の健康づくりを目的に作られたものです。糖尿病、高血圧などで病院または管理栄養士から食事指導を受けている方は、その指導に従ってください。

1日に食べる各料理区分の「つ(SV)」が適切な値となる程度の食事を心がけましょう。

| 1日分 | |
|------------------|------------------|
| 5-7 主食(ごはん、パン、麺) | ごはん(中盛り)だったら4杯程度 |
| 5-6 副菜(野菜、きのこ) | 野菜料理5皿程度 |
| 3-5 主菜(肉・魚、卵) | 肉・魚・卵・大豆料理から3皿程度 |
| 2 牛乳・乳製品 | 牛乳だったら1本程度 |
| 2 果物 | みかんだったら2個程度 |

厚生労働省・農林水産省決定

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。
- 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。
- 陽のあたらない風通しの良い場所に保管してください。
- 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。
- 掲載している栄養表は、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 |
|-----------|---------|------|------|------|
| 普通盛り 250g | 420kcal | 6.3g | 0.8g | 93g |
| 大盛り 300g | 504kcal | 7.5g | 0.9g | 111g |

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。
 A. Q.衛生管理は? 盛り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あり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 新潟市東区卸新町1丁目842-23 (株)ハローランチ
 TEL025-270-6586 (代) http://www.hello-japan.co.jp/

VEGETABLE OIL INK
 この印刷物は環境に配慮した植物油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て調製致します。お気軽にお問い合わせください。

お申し込みは

私共はお客様の健康を常に考えいつもヘルシーな献立を心がけています。
 給食弁当・委託給食・各種料理・オードブル・会議用弁当
ハローランチ川越店 〒350-0825 川越市月吉町41-3
 株式会社 **スカマツ** TEL(049)225-1313 FAX(049)225-1164

商標登録第2-40786号

お申し込み書

| クラス | 5月 | 1日(土) | 2日(日) | 3日(月) | 4日(火) | 5日(水) | 6日(木) | 7日(金) | 8日(土) | 9日(日) | 10日(月) | 11日(火) | 12日(水) | 13日(木) | 14日(金) | 15日(土) | 16日(日) | お客様名 | |
|------|----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|------|-----|
| ロイヤル | | | ※ | 憲法記念日 | みどりの日 | こどもの日 | | | | ※ | | | | | | | ※ | | 様 |
| | | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | ご住所 |
| | | 17日 | 18日 | 19日 | 20日 | 21日 | 22日 | 23日 | 24日 | 25日 | 26日 | 27日 | 28日 | 29日 | 30日 | 31日 | | TEL | |
| | | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | | |

●食数の変更は早めにお願致します。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。
 ●金曜日までに申し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、貴社のお休日を左記の日付に○印を付していただければ幸いです。