

笑顔と健康をお届けします。地域の旬を、地域の味で!

Hello Lunch Delivery

ハローランチ

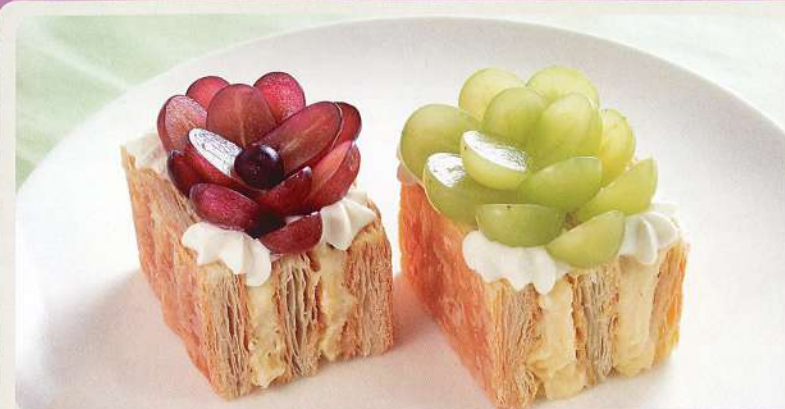
Monthly Menu "Delicious"

デリシヤス

野菜
たっぷり
メニュー!

2022
September

9



2色のぶどうミルフィーユ

材料(4個分)

- 卵.....1個
- ホットケーキミックス.....大さじ1
- 砂糖.....大さじ2
- 牛乳.....150cc
- バニラエッセンス.....数滴
- 冷凍パイシート.....2枚
- ぶどう・マスカット.....適量
- 生クリーム.....100cc
- 砂糖.....大さじ1/2

作り方

- ①パイシートは室温に戻しておく。オーブンは180℃に温めておく。
- ②カスタードクリームの材料を耐熱性のボウルに入れ、よく混ぜる。ゆるくラップをし、600wのレンジで1分加熱する。泡だて器でよく混ぜ、とろりとするまで3~4回繰り返す。カスタードクリームの表面にぴったりとラップをし、冷ます。
- ③パイシートを天板に並べ、10分焼く。膨らみすぎないように天板で重石をし、さらに8分焼く。
- ④ぶどうはヘタを切り落とし、半分に切る。生クリームは砂糖を加え泡立てる。
- ⑤パイが完全に冷めたら縦3等分、横2等分に切る。パイとカスタードクリームを順に重ね3段にする。横に削じ、生クリームとぶどうを花びらのように飾る。

Monday

土曜日は
オリジナル
メニューを
お届けします!

Tuesday

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上がりください。

ご協力をお願いいたします。

Wednesday

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、高血圧などで病状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。

Thursday



1 わさびフレンチかつ

熱量 384kcal タンパク質 14.9g 脂質 14.2g 炭水化物 44.9g 食塩相当量 3.3g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

Friday



2 魚の辛味焼き

熱量 376kcal タンパク質 17.1g 脂質 17.7g 炭水化物 35.3g 食塩相当量 3.6g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



5 大きなささみ揚げ

熱量 414kcal タンパク質 15.2g 脂質 17.1g 炭水化物 48.2g 食塩相当量 3.2g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



6 豚唐の黒ごま麻婆あん

熱量 385kcal タンパク質 16.8g 脂質 15.5g 炭水化物 41.4g 食塩相当量 3.7g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



7 豚しゃぶ風

熱量 373kcal タンパク質 16.7g 脂質 20.3g 炭水化物 26.0g 食塩相当量 3.3g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



8 イカフライ

熱量 372kcal タンパク質 18.9g 脂質 15.4g 炭水化物 37.2g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



9 鶏唐のカチャトーラ風

熱量 364kcal タンパク質 16.9g 脂質 18.3g 炭水化物 30.5g 食塩相当量 3.6g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

世界の鶏肉料理
イタリア
イタリアの
鶏肉とトマトの
煮込み料理を
イメージ
※写真はイメージです。
※弁当容器でお届けします。



12 メンチカツ塩レモンソース
 熱量 436kcal タンパク質 19.1g 脂質 20.6g 炭水化物 39.3g 食塩相当量 3.7g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



13 豚肉チリソース炒め
 熱量 451kcal タンパク質 14.7g 脂質 24.9g 炭水化物 40.4g 食塩相当量 4.0g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



14 ハンバーグ玉ねぎ甘酢ソース
 熱量 340kcal タンパク質 13.5g 脂質 16.1g 炭水化物 30.7g 食塩相当量 4.0g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



15 タンドリーチキン
 熱量 390kcal タンパク質 15.4g 脂質 18.0g 炭水化物 38.5g 食塩相当量 3.5g
 使用原料 卵 乳 小麦



16 ソースかつ
 熱量 473kcal タンパク質 14.0g 脂質 26.0g 炭水化物 42.5g 食塩相当量 3.2g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

敬老の日

19



20 白身魚フライ
 熱量 350kcal タンパク質 13.6g 脂質 17.6g 炭水化物 32.5g 食塩相当量 3.2g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



21 油淋鶏
 熱量 442kcal タンパク質 18.9g 脂質 22.6g 炭水化物 39.1g 食塩相当量 3.3g
 使用原料 卵 乳 小麦



22 豚肉の生姜焼き
 熱量 435kcal タンパク質 17.5g 脂質 22.9g 炭水化物 37.9g 食塩相当量 3.1g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

秋分の日

23



26 ハンバーグ・えびカツ
 熱量 397kcal タンパク質 15.5g 脂質 18.7g 炭水化物 37.4g 食塩相当量 3.6g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



27 タッカルビ風チキンカツ
 熱量 416kcal タンパク質 17.3g 脂質 19.5g 炭水化物 40.3g 食塩相当量 3.9g
 使用原料 卵 乳 小麦



28 明太子クリーミーフライ
 熱量 430kcal タンパク質 15.8g 脂質 24.2g 炭水化物 34.2g 食塩相当量 2.7g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



29 焼き肉&メンチカツ
 熱量 501kcal タンパク質 17.4g 脂質 27.8g 炭水化物 43.1g 食塩相当量 3.5g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



30 豚肉のセサミ焼き
 熱量 431kcal タンパク質 13.9g 脂質 21.2g 炭水化物 40.0g 食塩相当量 2.9g
 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 新潟市東区御新町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。

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 **アスカマツ** TEL(049)225-1313
 FAX(049)225-1164

お申し込みは

お申し込み書

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

- 食数の変更は早めにお問い合わせください。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下さい。また、貴社のお休日を上記の日付に○印を付していただければ幸いです。