

ハローランチ

7
2023 July

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



豚肉の辛味噌炒め

※写真はイメージです。
※弁当容器でお届けします。

Monday



3 メンチカツ

熱量 454kcal タンパク質 16.4g 脂質 25.2g 炭水化物 36.2g 食塩相当量 3.9g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

Tuesday



4 焼き肉

熱量 510kcal タンパク質 18.3g 脂質 23.5g 炭水化物 53.5g 食塩相当量 3.6g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

Wednesday



5 鶏の唐揚げチリソース

熱量 413kcal タンパク質 18.1g 脂質 20.7g 炭水化物 33.5g 食塩相当量 3.6g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

Thursday



※写真はイメージです。
※弁当容器でお届けします。

6 ひれかつ

熱量 410kcal タンパク質 16.5g 脂質 17.3g 炭水化物 44.0g 食塩相当量 2.7g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 コレシロ カニ

Friday



今日は七夕

玉葱の甘味と
しょうゆのコクが
美味しい

7 ハンバーグシャリアピンソース

熱量 431kcal タンパク質 19.4g 脂質 17.9g 炭水化物 44.3g 食塩相当量 3.2g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



10 明太子クリーミーフライ

熱量 398kcal タンパク質 9.9g 脂質 21.3g 炭水化物 37.9g 食塩相当量 3.3g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



11 チキンのしそ味噌焼き

熱量 416kcal タンパク質 19.7g 脂質 16.4g 炭水化物 42.7g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



12 中華風弁当

熱量 339kcal タンパク質 8.1g 脂質 18.8g 炭水化物 31.7g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



13 豚肉の生姜焼き

熱量 388kcal タンパク質 18.5g 脂質 18.3g 炭水化物 32.3g 食塩相当量 3.6g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



14 チキンカツ

熱量 312kcal タンパク質 14.8g 脂質 12.9g 炭水化物 30.8g 食塩相当量 3.0g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

さわやかレモン風味

★夏フェスウィーク★

ガッツリ人気のおかずの1週間!

夏を楽しみましょう!!

海の日



17



18 ハンバーグマスタードソース
熱量 376kcal タンパク質 16.9g 脂質 18.2g 炭水化物 37.9g 食塩相当量 4.1g
使用原料 卵 乳 小麦



19 とんかつ
熱量 451kcal タンパク質 14.8g 脂質 20.4g 炭水化物 47.3g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦



20 鶏の唐揚げ
熱量 480kcal タンパク質 21.7g 脂質 25.7g 炭水化物 35.6g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦 カニ



21 メンチカツ&カレー
熱量 439kcal タンパク質 13.9g 脂質 25.8g 炭水化物 33.2g 食塩相当量 3.0g
使用原料 卵 乳 小麦 落花生



24 チキンステーキ
熱量 358kcal タンパク質 11.9g 脂質 15.7g 炭水化物 40.5g 食塩相当量 3.5g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



25 豚肉の辛味噌炒め
熱量 391kcal タンパク質 17.4g 脂質 19.6g 炭水化物 31.5g 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 厚切りハムカツ
熱量 401kcal タンパク質 13.1g 脂質 15.6g 炭水化物 48.2g 食塩相当量 2.7g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



27 串なし焼き鳥風
熱量 405kcal タンパク質 19.8g 脂質 20.4g 炭水化物 32.5g 食塩相当量 4.5g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



28 豚肉のゆかり揚げ
熱量 394kcal タンパク質 13.1g 脂質 23.9g 炭水化物 27.4g 食塩相当量 2.8g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



31 ハンバーグラタトゥイユソース
熱量 362kcal タンパク質 18.7g 脂質 9.1g 炭水化物 47.8g 食塩相当量 3.2g
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!

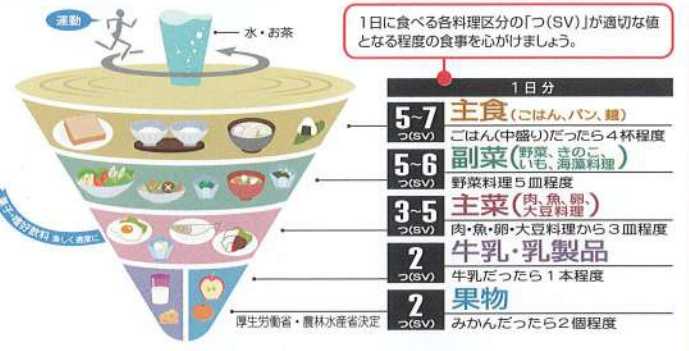
ハローランチグループでは
地球資源保護(森林伐採の防止)のため
割り箸の廃止をめざしております。
従来の割り箸の代わりにMY箸で
おいしくハローランチをお召上がりください。

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。



❗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、湿気が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、臭異、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。



- 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

| | 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 新潟市東区卸新町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調整致します。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
〒350-0825 川崎市月吉町41-3
ハローランチ川越店 TEL(049)225-1313
株式会社 **スカマツ** FAX(049)225-1164

お申し込み書

お申し込み書

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

●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。
●金曜日までにお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、貴社のお休日を上記の日付に○印を付していただければ幸いです。



商標登録第2-40786号