

2024

1

January

野菜

たっぷり
メニュー!

Hello Lunch Delivery

ハローランチ デリバリアス

笑顔と健康をお届けします。
地域の旬を、地域の味で!



チキンカツカレーソース

※写真はイメージです。
※弁当容器でお届けします。

Monday

Tuesday

Wednesday

Thursday

Friday

あけまして
おめでとうございます

ハローランチは今年も
「健康と安全」をテーマに
頑張ります!!

食事バランスガイド

あなたの食事は大丈夫?



オリジナル
メニュー

4

年始の営業については、お近くのハローランチのお店にお問い合わせください。



5

やわらかひれかつ

熱量 383kcal タンパク質 13.3g 脂質 19.0g 炭水化物 37.1g 食塩相当量 3.0g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏皮 花菜 こんにゃく

成人の日

8

おすすめ



人気のコンビ!

9

ハンバーグ&海老フライ

熱量 400kcal タンパク質 16.8g 脂質 15.9g 炭水化物 44.3g 食塩相当量 3.6g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏皮



10

豚天のユーリンチーソース

熱量 348kcal タンパク質 17.3g 脂質 20.3g 炭水化物 19.6g 食塩相当量 2.7g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏皮 こんにゃく



11

チーズインメンチカツ

熱量 469kcal タンパク質 17.4g 脂質 22.6g 炭水化物 43.8g 食塩相当量 3.6g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏皮 こんにゃく



12

ピリッと辛いフライドチキン

熱量 372kcal タンパク質 11.6g 脂質 16.6g 炭水化物 38.3g 食塩相当量 3.6g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏皮 こんにゃく



15 チキンカツカレーソース
 熱量 388kcal タンパク質 16.8g 脂質 20.2g 炭水化物 30.8g 食塩相当量 2.7g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



16 味がしみしみすきやき風煮
 熱量 342kcal タンパク質 13.4g 脂質 12.1g 炭水化物 39.1g 食塩相当量 4.3g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



17 昔ながらのハムカツ
 熱量 405kcal タンパク質 15.1g 脂質 18.8g 炭水化物 39.2g 食塩相当量 3.0g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



18 うま塩唐揚げ
 熱量 388kcal タンパク質 18.5g 脂質 20.6g 炭水化物 29.6g 食塩相当量 3.9g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



19 照り焼きハンバーグ 炊き込みみそ飯
 熱量 334kcal タンパク質 17.0g 脂質 17.1g 炭水化物 27.3g 食塩相当量 5.3g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



22 黒豚コロッケ
 熱量 462kcal タンパク質 12.0g 脂質 24.0g 炭水化物 46.5g 食塩相当量 3.2g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



23 ビビンパ風焼き肉
 熱量 419kcal タンパク質 17.5g 脂質 24.0g 炭水化物 29.6g 食塩相当量 4.1g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



24 ジューシーメンチカツ
 熱量 360kcal タンパク質 11.4g 脂質 15.6g 炭水化物 37.4g 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 豚肉の麻婆あんかけ
 熱量 362kcal タンパク質 16.1g 脂質 19.5g 炭水化物 25.5g 食塩相当量 2.5g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



26 ヤンニョムチキン
 熱量 451kcal タンパク質 17.3g 脂質 26.4g 炭水化物 31.4g 食塩相当量 2.9g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



29 シチュードハンバーグ
 熱量 373kcal タンパク質 12.6g 脂質 17.4g 炭水化物 40.2g 食塩相当量 3.7g
 使用原料 卵 乳 小麦



30 とんかつ 炊き込みみそ飯
 熱量 404kcal タンパク質 13.9g 脂質 19.6g 炭水化物 38.9g 食塩相当量 5.1g
 使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ



31 スパイシーチキンステーキ
 熱量 338kcal タンパク質 14.0g 脂質 16.8g 炭水化物 29.4g 食塩相当量 2.7g
 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がございます。
- 地域によって食材の変更をさせていただく場合がございます。
- 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が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
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

全額VCチェーン
ハローランチ
 グループ
 ハローランチのデリバリー

商標登録第2-40786号

お申し込み書

1月	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	13月	14月	15月	16月	17月	18月	19月	20月	21月	22月	23月	24月	25月	26月	27月	28月	29月	30月	31月	
デリシャス							※	成人の日						※							※											
ロイヤル							※	成人の日						※							※											
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。
 ●土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、貴社のお休み日を上記の日に○印を付していただければ幸いです。