

Hello Lunch Delivery

ハローランチ ロイヤル

Royal

野菜たっぷりメニュー!

2024
January

1

笑顔と健康をお届けします。地域の旬を、地域の味で!



※写真はイメージです。
※弁当容器でお届けします。

チキンカツカレーソース

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?



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。

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

せわらかひれかつ

熱量 427kcal タンパク質 15.7g 脂質 21.1g 炭水化物 40.1g 食塩相当量 3.6g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏皮 花巻 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 412kcal タンパク質 17.2g 脂質 16.0g 炭水化物 46.8g 食塩相当量 3.8g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 エビ



10

豚天のユーリンチーソース

熱量 418kcal タンパク質 19.3g 脂質 25.4g 炭水化物 22.7g 食塩相当量 3.2g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 こんにゃく カニ



とろ〜り

11

チーズインメンチカツ・魚のみを煮風

熱量 521kcal タンパク質 20.6g 脂質 24.4g 炭水化物 49.0g 食塩相当量 3.8g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 こんにゃく



12

ピリッと辛いフライドチキン

熱量 450kcal タンパク質 15.4g 脂質 21.5g 炭水化物 42.5g 食塩相当量 4.2g
使用原料 卵 乳 小麦 大豆 こんにゃく



15 チキンカツカレーソース
 熱量 440kcal タンパク質 18.8g 脂質 22.5g 炭水化物 36.3g 食塩相当量 3.1g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ



16 味がしみしみすき焼き風煮
 熱量 383kcal タンパク質 15.3g 脂質 12.6g 炭水化物 46.4g 食塩相当量 4.6g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ



17 昔ながらのハムカツ
 熱量 489kcal タンパク質 19.7g 脂質 23.6g 炭水化物 43.9g 食塩相当量 3.6g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ



18 うま塩唐揚げ
 熱量 474kcal タンパク質 18.8g 脂質 25.0g 炭水化物 40.3g 食塩相当量 4.0g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ



19 照り焼きハンバーグ 炊き込みご飯
 熱量 403kcal タンパク質 18.2g 脂質 21.4g 炭水化物 34.0g 食塩相当量 5.5g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ



22 黒豚コロッケ・クリーム煮
 熱量 546kcal タンパク質 15.6g 脂質 28.9g 炭水化物 52.1g 食塩相当量 3.6g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ



23 ビビンパ風焼き肉
 熱量 490kcal タンパク質 23.0g 脂質 28.4g 炭水化物 31.9g 食塩相当量 4.7g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ



24 ジューシーメンチカツ
 熱量 403kcal タンパク質 15.3g 脂質 17.4g 炭水化物 40.4g 食塩相当量 4.0g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ



25 豚肉の麻婆あんかけ
 熱量 422kcal タンパク質 17.0g 脂質 20.0g 炭水化物 38.9g 食塩相当量 2.5g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ



26 ヤンニョムチキン
 熱量 509kcal タンパク質 19.2g 脂質 29.4g 炭水化物 36.5g 食塩相当量 3.5g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ



29 シチュードハンバーグ
 熱量 447kcal タンパク質 16.5g 脂質 21.1g 炭水化物 46.4g 食塩相当量 3.9g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ



30 とんかつ 炊き込みご飯
 熱量 432kcal タンパク質 15.7g 脂質 20.7g 炭水化物 41.5g 食塩相当量 5.3g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ



31 スパイシーチキンステーキ
 熱量 420kcal タンパク質 18.0g 脂質 22.4g 炭水化物 33.1g 食塩相当量 3.2g
 使用原料 卵 乳 小麦 大豆 鶏肉 野菜 カニ

土曜日は
オリジナルメニューを
お届けします!

MY箸
 を使おう!
 みんなで止めよう地球温暖化
 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箸でおいしい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。
 ●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。
 ●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.健康管理は? 栄養バランスを考慮、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)ハロージャパン
 TEL025-270-6586(代) http://www.hello-japan.co.jp/



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 アカマツ TEL(049)225-1313
 FAX(049)225-1164

お申し込み書

クラス	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	お客様名
ロイヤル							※	成人の日						※			様
	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		ご住所
					※							※					TEL

●食数の変更は早めをお願い致します。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ないため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。