



# (株)ヤオハルフーズ 5月 Cランチメニュー

愛知県半田市瑞穂町7-8-9  
TEL (0569) 24-3678  
7/24 伊州 0120-393949



日	献立	日	献立
1 (火)	豚肉の甘辛炒め&餃子・しゅうまい 蓮根と鶏ひき肉の塩炒め 高野豆腐と小松菜のお浸し 697kcal	16 (水)	ミートコロケ&鶏ももの照り焼き 大根の和風和え 鯉風味の竹の子と青菜のお浸し 844kcal
2 (水)	肉団子の甘酢あんかけ&牛肉コロケ マカロニと枝豆のチョレギサラダ ビーフンの和風炒め 784kcal	17 (木)	八宝菜&白身魚のフライ マカロニのミート風 糸切昆布と大豆の煮物 739kcal
3 (木)	<b>憲法記念日</b>	18 (金)	ポークカレー&メンチカツ チャブチェ 大根と蒟蒻の炒め煮生姜風味 732kcal
4 (金)	 <b>みどりの日</b>	19 (土)	☆お楽しみメニュー☆
5 (土)	<b>こどもの日</b> 	20 (日)	
6 (日)		21 (月)	豚カツ&野菜のケチャップ炒めトッピング 蓮根の赤しそサラダ キャベツとメンマの炒め 691kcal
7 (月)	焼そば&イカフライ・お好み焼き 若布とごぼうのジンジャーソテー 小松菜のナムル 711kcal	22 (火)	白菜と豚肉の中華炒め&玉子サラダフライ ポロネーゼ ごぼうとしめじのマスタードマリネ 737kcal
8 (火)	ビビンバ風炒め&チキンカツ ひじきと鶏肉の煮物 まめまめサラダ 747kcal	23 (水)	麻婆春雨&海鮮串カツ 切干大根とウィンナーのコンソメ炒め 蒟蒻の酢味噌和え 715kcal
9 (水)	豚肉の生姜焼き&野菜コロケ マカロニのBBQ炒め 松前白菜 779kcal	24 (木)	天ぷら盛り合わせ&天つゆ 魚の蒲焼き ポークビーンズ 731kcal
10 (木)	酢豚&アジフライ 中華春雨 茄子の味噌煮 718kcal	25 (金)	菜の花とウィンナーのスパゲティー&カレーコロケ 大根のきんぴら フレンチサラダ ☆若布と枝豆の混ぜごはん☆ 675kcal
11 (金)	ナポリタンスパゲティー&鯖とチーズのフライ・オムレツ 白菜と玉葱の中華炒め デリ風ごぼう 688kcal	26 (土)	☆お楽しみメニュー☆
12 (土)	☆お楽しみメニュー☆	27 (日)	
13 (日)		28 (月)	キャベツたっぷりもんじゃ焼き風カツ&じゃがいも串フライ オクラと蒸し鶏の中華和え マカロニと山菜のソテー 727kcal
14 (月)	豚キムチ&イカカツ ビーフンの塩炒め ひじきと高野豆腐の煮物 769kcal	29 (火)	野菜炒め&海鮮チヂミ キムチ風味サラダ 大根の生酢 624kcal
15 (火)	照り焼きハンバーグ&ソーセージステーキ ちくわのペペロンチーノ炒め 中華くらげの和え物 752kcal	30 (水)	肉団子の和風野菜あんかけ&栗かぼちゃコロケ 切干大根の和え物 ひじきの旨煮 731kcal
半田運河にたくさんの鯉のぼりが元気に泳ぐ季節となりました。仕事帰りに毎日通るのですが、ホッと心を和ませてくれる景色です。吹く風も爽やかですが、昼間は夏を感じさせるような暑さの日もありますね。まだまだ暑さに体が慣れていないこの時期は、意外にも熱中症に注意が必要だそうです。そしてこの時期個人的に恐ろしいのは、気温の上昇とともに燦爛と降り注ぐ紫外線！特にA波！！お肌の深層まで影響を与えてしまう紫外線A波は真夏よりも5月が強力！まさに今がピークだそうです。頑張って日焼け止めを塗りたくりましょう！		31 (木)	鯖のごま風味フライ&豚肉のちゃんちゃん炒め 焼きビーフン じゃがいものイタリアンサラダ 737kcal

※仕入れの都合により献立の変更がある場合がありますのでご了承下さい。  
ご飯は国内産の白米を使用しております。  
※5/25(金)は、若布と枝豆の混ぜごはんとなります。  
通常のライスをご希望のお客様はお手数ではございますが、5/18(金)までにご連絡をお願い申し上げます。

