



# (株)ヤオハルフーズ 3月 Cランチメニュー



愛知県半田市瑞穂町7-8-9  
TEL (0569) 84-3678



| 日      | 献立  | 日      | 献立   |
|--------|---|--------|--|
| 1 (金)  | ささみフライ&蒟蒻とごぼう天のだし煮<br>ひじきの旨煮 マカロニのコンソメ炒め 601kcal              | 16 (土) | ☆お楽しみメニュー☆   |
| 2 (土)  | ☆お楽しみメニュー☆  | 17 (日) |  |
| 3 (日)  |   | 18 (月) | 鶏の唐揚げ&チキンカレー<br>ひじきとひき肉の炒め もやしと人参の中華風生姜炒め 673kcal        |
| 4 (月)  | クリームシチュー&イカカツ<br>ツナとコーンの和風スパ もやしと竹輪の青のりサラダ 587kcal            | 19 (火) | 鶏天マヨソース&海鮮串フライ<br>セサミサラダ 大豆とツナの甘辛煮 631kcal               |
| 5 (火)  | マスの香草焼き&肉団子甘酢あん<br>切干大根と枝豆の酢の物 蓮根の辛味炒め 604kcal                | 20 (水) | マスの唐揚げ&お好み焼き<br>マカロニのグラタン風煮 キャベツの塩だれサラダ 630kcal          |
| 6 (水)  | ハンバーグ中華あん&厚揚げの和風煮<br>ワカメのジンジャーソーテー じゃが芋の甘辛醤油煮っ転がし 626kcal     | 21 (木) | カレーコロッケ&チリコンカン<br>春雨の中華風サラダ 鶏ひき肉とインゲンのガーリックボン酢炒め 586kcal |
| 7 (木)  | ヤンニョムチキン&海鮮小判<br>大豆のトマト煮 筑前煮風 646kcal                         | 22 (金) | 味噌カツ<br>ひじきと卵のオイスター炒め メンマの甘辛炒め 636kcal                   |
| 8 (金)  | アジフライ&焼きそば<br>蒟蒻の和風サラダ 青菜と人参のコンソメ炒め 606kcal                   | 23 (土) | ☆お楽しみメニュー☆   |
| 9 (土)  | ☆お楽しみメニュー☆  | 24 (日) |  |
| 10 (日) |   | 25 (月) | 春巻き&野菜とひじきの豆腐焼き<br>春雨の和え物 ポテトサラダ 687kcal                 |
| 11 (月) | イカフライ&オムレツ<br>バンサンスー 竹の子の高菜炒め 608kcal                         | 26 (火) | 鶏のピカタ風&ちくわ天磯辺揚げ<br>高野豆腐の煮物 切干大根の煮物 629kcal               |
| 12 (火) | かき揚げ&なす天&竹輪天<br>野菜炒め インゲンの塩だれサラダ 614kcal                      | 27 (水) | クリーミーコーンコロッケ&ミートボール<br>マカロニナポリタン もやしとハムのボン酢炒め 665kcal    |
| 13 (水) | メンチカツ&ごぼうと鶏肉のきんぴら炒め風<br>マカロニサラダ 大根と蒟蒻煮 692kcal                | 28 (木) | 白身フライ&キーマカレー<br>にんにくの芽の味噌炒め 山くらげの和え物 638kcal             |
| 14 (木) | たっぷりコーンフライ&ハムステーキ<br>ボンゴレ風スパ 豆腐とピーマンのオイスター煮 645kcal           | 29 (金) | から揚げの甘酢あん&塩焼きそば<br>切干大根とキムチの炒め ツナじゃが煮 687kcal            |
| 15 (金) | 目玉焼きフライ&豚と野菜の炒め&ウインナー<br>ワカメと枝豆の和風サラダ もやしとチンゲン菜のソース炒め 684kcal | 30 (土) | ☆お楽しみメニュー☆   |
|        |   | 31 (日) |  |

- 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。
- お弁当は14時頃までにお召し上がり頂けます様、お願い申し上げます。
- ご飯は国内産の白米を使用しております。

