



(株)ヤオハルフーズ 10月ランチメニュー

愛知県半田市瑞穂町7-8-9
TEL (0569) 24-3678
フリーダイヤル 0120-393949



日	献立	日	献立
1 (水)	トンテキ ミートボール ひじきの胡麻風味和え 689kcal	16 (木)	照り焼きチキン&野菜春巻き&キムチ炒め スパとコーンの和風和え 茄子のカレー炒め 758kcal
2 (木)	鯖の竜田揚げ&野菜春巻き&ミニフランク チャブチェ ピーマンと塩昆布のナムル 763kcal	17 (金)	豆腐ステーキ&タラ天 和風あん ポークビーンズ 青菜とカニカマの炒め 636kcal
3 (金)	ミートコロケ&ハムステーキ&麻婆茄子 ハヤシシチュー&スパゲティサラダ 721kcal	18 (土)	☆お楽しみメニュー☆
4 (土)	☆お楽しみメニュー☆	19 (日)	
5 (日)		20 (月)	鶏天&かき揚げ&南瓜天 チャンプルー風炒め マカロニの和風サラダ 606kcal
6 (月)	おろし豚カツ キャベツと鶏小間の塩だれ和え&マカロニサラダ 698kcal	21 (火)	ささみフライ&赤ウインナー&たれ付肉団子 カレー ビーフンのスタミナ炒め 701kcal
7 (火)	イカフライ&オムレツ&クリームシチュー ひじきの煮物 竹輪天 665kcal	22 (水)	ハンバーグ オニオンソース 赤はんぺん 切干と卵の中華炒め 757kcal
8 (水)	鶏肉の塩麹漬け&アジフライ&さつま揚げ ポテトサラダ 白菜と生姜の和え物 705kcal	23 (木)	海鮮豆腐ステーキ 和風あん&白身フライ オクラの和え物 人参と大根の煮付け 694kcal
9 (木)	エビフライ&にら饅頭 野菜春巻き 大根のかにあんかけ 719kcal	24 (金)	豚肉のソテー トマトソース 紅生姜蓮根天 マカロニのあおさ炒め 694kcal
10 (金)	マヌルカンジャンチキン カレー 筍の煮物 745kcal	25 (土)	☆お楽しみメニュー☆
11 (土)	☆お楽しみメニュー☆	26 (日)	
12 (日)		27 (月)	かに玉 野菜餡かけ&春巻き&シューマイ ワカメのカニカマサラダ たこ焼き 739kcal
13 (月)	鶏のチーズ胡椒焼き&目玉焼きフライ 水餃子 ワカメとえのきの中華和え 817kcal	28 (火)	ビーフカレーウフライ&鯖の塩焼き&チキンチャップ マカロニの和風炒め 玉葱と蒲鉾のだし煮 756kcal
14 (火)	チキンロールフライ&つくね&ハヤシシチュー シューマイ 春雨サラダ 767kcal	29 (水)	味噌カツ 花がんも 高野豆腐のそぼろ煮 687kcal
15 (水)	白身魚フライ&ミニお好み焼き&塩だれ炒め 焼きビーフン チンゲン菜ときのこのソテー 681kcal	30 (木)	豚肉の蒲焼き&ピーマン肉詰めフライ ナムルもやし 人参マリネ 677kcal
		31 (木)	鶏の唐揚げ ギョーザフライ&ひじきと枝豆の煮物 785kcal

・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。



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。

