

新鮮食材を毎日手作りまごころランチ

LUNCH MENU

ランチメニュー

ご注文は9時から10時頃までをお願い致します。

2018 February

2 如月 (きさらぎ)

大切な気持ちを贈ります



今日のおいしいが、明日の元気。



ひので給食センター

☎(0178) 20-3399
(FAX) 29-3876

—八戸市高州一丁目2-19—

当店のご飯は、国産米を使用しています。

※弊社ではお客様の健康に配慮した、手作りの味を毎日お届けしております。
※美味しく味わっていただくために午後1:00頃までにはお召し上がり下さい。
※写真はイメージです。実際のメニューではありませんのでご了承下さい。



みんなで食料自給率アップ

わたしたちは、フードアクションニッポンを推進します

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
28	29	30	31	1	2	3
			Valentine	豚カルビ焼肉ナムル (コチュジャン付) 白身魚フライ ペンネアラビアータ 蛋白質25g/脂質20g 796Kcal	チーズクノーデル 五目ひじき煮 焼売 蛋白質17g/脂質20g 733Kcal	ビーフトマト煮 ビーマン肉詰フライ 昆布とミニさつま揚げ 蛋白質23g/脂質25g 824Kcal
4	5	6	7	8	9	10
トンカツ濃厚デミグラス ジャーマンポテト 茄子ミート 蛋白質24g/脂質23g 856Kcal	豚肉塩炒め たっぷりネギ イカフライ 焼きビーフン 蛋白質23g/脂質27g 854Kcal	鶏立田揚げチリソース 煮物醤油炊き ツナマヨオムレツ 蛋白質23g/脂質18g 725Kcal	洋食ランチ マカロニイタリアンドレッシング ポトフ 蛋白質17g/脂質17g 737Kcal	お魚油淋ダレ★タルタル添え 焼きそば もやしザーサイ炒め 蛋白質18g/脂質27g 820Kcal	豚肉と大根の炒め煮 えびカツ きゃべつとベーコンのバジルソテー 蛋白質23g/脂質22g 786Kcal	
11	振替休日 12	13	14	15	16	17
建国記念の日		和風チキンステーキ ピリリと辛いパスタ 白身フライ 蛋白質27g/脂質24g 825Kcal	酢豚 カレーコロッケ 野菜炒め 蛋白質17g/脂質13g 727Kcal	牛肉とパプリカのオイスター炒め イカフライ ツナサラダ 蛋白質28g/脂質22g 826Kcal	葱だれチキン中華風 & チャプチェ 菜の花とあさりのパスタ カリフラワーマリネ 蛋白質23g/脂質19g 799Kcal	プルコギ あじフライ 高野豆腐の玉子とし 蛋白質26g/脂質21g 837Kcal
18	19	20	21	22	23	24
蒸し鶏と春雨の胡麻ソース かにクリームコロッケ 厚揚げと蒟蒻の田楽 蛋白質22g/脂質27g 842Kcal	イタリアンチキンガーリック風味 彩り野菜炒め ほうれん草コーンソテー 蛋白質17g/脂質13g 743Kcal	豚スタミナ炒め イカカツ 玉子サラダと細切りキャベツ 蛋白質24g/脂質25g 808Kcal	和食ランチ 肉じゃが 竹輪とツナの磯辺マヨ和え 蛋白質21g/脂質19g 804Kcal	まるごと有頭海老のフライ タンドリーチキン 胡麻香る塩チャプチェ 蛋白質20g/脂質24g 805Kcal	牛肉柳川風 白身魚フライ お好み焼き 蛋白質24g/脂質17g 799Kcal	
25	26	27	28	1	2	3
ハンバーグデミグラスソース ペンネアラビアータ イカフライ 蛋白質25g/脂質28g 903Kcal	中華ランチ 水餃子とナムル オクラピリ辛そばあん 蛋白質19g/脂質20g 769Kcal	たっぷり葱の牛丼 竹輪磯辺揚げ 煮物 (大根・こんにゃく) 蛋白質21g/脂質17g 748Kcal				

OnePoint コラム

今月の表紙
バレンタイン

バレンタインデーは女性にとって特別な日。一般的に大切な男性に心を込めたチョコレートを贈る日ですが、近年では、男性に気持ちを伝えるだけでなく、自分のための「自分チョコ」や、女性同士で楽しむ「友チョコ」などが流行っています。男女関係なくコミュニケーションのひとつとしてチョコレートを贈る日に変わってきているようで、昔よりも気軽にチョコレートを手に取ることができるようになりました。皆さんも大切な人や友人に、また自分にチョコレートを贈ってみてはいかがでしょうか。

新鮮 **おいしい** **健康**

手づくりお弁当をお届けします。

★ **パーティー・会議** ★
★ **などにピッタリ!** ★

各種オードブルもご用意いたしております。
★ ぜひご利用下さい。 ★

- 手作りのため、盛り付けが不揃いの場合もありますが、ご了承下さい。
- 材料の入荷の都合により、献立を変更する場合がありますので、ご了承願います。
- 地域により容器が変わることがございます。
- タバコの吸い殻、箸、箸袋などを容器に入れないようにお願いします。

お弁当お休み予定表 2月

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

貴社名

貴社のお弁当のお休みの日に休印をお付けのうえ配達員にお渡し下さい。