

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 November 11 霜月 (しづつき)

旬のりんごを  
美味しくいただく

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。



わたしたちは、フードアクションニッポンを推進します

※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。

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
28	29	30	31	1	2	文化の日 3
				ミートタコライス 大根竹輪煮 ミニコーンコロケ 蛋白質20g/脂質23g 779Kcal	ハッシュドポーク ロールキャベツ チャプチエ 蛋白質18g/脂質18g 731Kcal	
4	5	6	7	8	9	10
ハムカツ スパゲティナポリタン 紅葉しんじょ&鶏団子 蛋白質20g/脂質26g 891Kcal	豚生姜焼 イカフライ(青のり) かに豆腐 蛋白質23g/脂質19g 769Kcal	栗かぼちゃコロケ ペンネボロネーゼ おくらわさび和え 蛋白質14g/脂質16g 729Kcal	和風ハンバーグ アジフライ ガーリックポテト 蛋白質26g/脂質31g 913Kcal	鶏天ぷら ソース焼きそば 肉キンピラごぼう 蛋白質19g/脂質17g 771Kcal	鶏肉キムチ炒め イカ野菜カツ ミートオムレツ 蛋白質23g/脂質19g 760Kcal	
11	12	13	14	15	16	17
洋食ランチ 五目根菜煮 菜の花あさりソテー 蛋白質19g/脂質20g 814Kcal	ビーフカレー ササミカツ キャベツとウインナーソテー 蛋白質18g/脂質20g 775Kcal	山椒香る麻婆豆腐 春巻き 中華春雨 蛋白質23g/脂質17g 766Kcal	豚ロースかつ 肉味噌野菜炒め 五目うの花 蛋白質24g/脂質22g 802Kcal	マスタードグリルチキン 坦々焼きそば 小松菜油揚げ 蛋白質24g/脂質31g 894Kcal	キノコソースの豆腐ステーキ ポテトサラダ 白身フライ 蛋白質18g/脂質19g 723Kcal	
18	19	20	21	22	勤労感謝の日 23	24
チーズクノーデル スパゲティベベロン 厚揚げ団子の柚子あん 蛋白質19g/脂質27g 901Kcal	すき焼き 彩りもやしソテー 小魚マリネ 蛋白質27g/脂質23g 806Kcal	香味野菜のチキン竜田揚げ ペンネカルボナーラ 京がんも 蛋白質23g/脂質21g 780Kcal	チーズinハンバーグデミソース オムレツ 切昆布煮 蛋白質20g/脂質23g 805Kcal		茄子味噌 春巻 団子の春雨あんかけ 蛋白質23g/脂質27g 886Kcal	
25	26	27	28	29	30	1
ビーフシチュー コーンコロケ 根菜田舎煮 蛋白質17g/脂質15g 793Kcal	豚生姜焼き 和風スパゲティ ケチャップマスタードチキン 蛋白質31g/脂質22g 881Kcal	豚ニラ玉子とじ イカ天ぷら ひじき炒め煮 蛋白質23g/脂質26g 825Kcal	グリルチキンスパイシーカレーソース さんま蒲焼風 ちくわと高野豆腐煮 蛋白質32g/脂質23g 876Kcal	五目旨煮 白身魚青のりフライ マカロニクリーム煮 蛋白質19g/脂質20g 787Kcal		

- 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られないようにお願いします。



OnePoint コラム

今月の表紙  
アップルパイ

アップルパイは砂糖煮にしたリンゴを詰めてオーブンで焼いたパイです。日本のアップルパイは砂糖のみの味付けが多いですが、海外ではシナモンやナツメグを効かせたものも多く、中には木犀やチェダーチーズを加えたレシピなどもあります。パイ生地を敷いた上にリンゴの甘露煮を乗せ、また上からパイ生地をかぶせたものをダブルクラストといい、上だけにパイ生地をかぶせた物や、逆に上にかぶせず下だけに敷いたものをシングルクラストといいます。皆さんはどんなアップルパイがお好みですか？

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。

お弁当お休み予定表 11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	29	30	

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。