

# LUNCH MENU



おせち料理を  
家族みんなで



わたしたちは、  
フードアクションニッポンを  
推進します

2019

1

January

睦月(むつき)

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。

ご注文は9時から10時頃までお願い致します。

※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。

SUN	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT
30	31	1	2	3	4	5
<b>お正月休み</b>						
6	7	8	9	10	11	12
カツ煮 焼そば 蛋白質23g/脂質17g 824Kcal	牛すき焼き 白身魚のフライ ペンネアラビアータ 蛋白質27g/脂質17g 759Kcal	メンチカツ 野菜炒め 菜の花バター 蛋白質19g/脂質19g 756Kcal	海鮮八宝菜 春巻き 五目ひじき煮 蛋白質25g/脂質26g 846Kcal	サバの塩焼き ソース串カツ 五目切干大根 蛋白質30g/脂質22g 790Kcal	肉野菜炒め イカツ 大根ポトフ 蛋白質20g/脂質16g 707Kcal	
13	14 成人の日	15	16	17	18	19
	エスニックバーグ サルサソース ポテトサラダ 京がんも 蛋白質23g/脂質27g 867Kcal	ポークカレー 若鶏の唐揚げ 厚揚げゆず味噌 蛋白質20g/脂質17g 773Kcal	塩麹グリルチキン サーモンフライ スパゲティミートソース 小松菜煮浸し 蛋白質31g/脂質32g 959Kcal	ポーク生姜焼き 塩焼そば 金平ごぼう 蛋白質24g/脂質20g 840Kcal	中華旨煮 玉子サラダフライ 五目昆布煮 蛋白質19g/脂質17g 746Kcal	
20	21	22	23	24	25	26
鶏の唐揚 千草焼き 五目ひじき煮 蛋白質20g/脂質27g 847Kcal	ロース豚カツ 春雨さっぱりサラダ ちよこっとカレー 蛋白質23g/脂質17g 806Kcal	牛カルビ焼肉 2色ナムル 白菜ツナ煮 蛋白質25g/脂質20g 777Kcal	白身魚フライ ペンネカルボナーラ ポテトサラダ 蛋白質24g/脂質30g 942Kcal	青椒肉絲 野菜春巻き もやしナムル 蛋白質23g/脂質18g 784Kcal	牛肉スタミナ炒め 北海道産じゃが芋コロッケ ソース焼きそば 蛋白質20g/脂質18g 805Kcal	
27	28	29	30	31	<b>新年のご挨拶</b>	
ハムカツ パスタアサリクリームソース 大根蟹あん 蛋白質20g/脂質13g 792Kcal	牛肉しぐれ ちくわ天ぷら変わり揚げ チャブチェ風野菜炒め 蛋白質28g/脂質20g 800Kcal	デミグラス ハンバーグ スパゲティベロソ 具たくさんひじき 蛋白質25g/脂質30g 890Kcal	ミートタコライス オムレツ/トマトソース プチあじフライ 蛋白質16g/脂質17g 704Kcal	<p>明けましておめでとうございます。 本年も皆様に喜んでいただけるメニュー作りに スタッフ一同心がけていきたいと思っております。 どうぞよろしくお願い申し上げます。</p>		

**OnePoint コラム**

今月の表紙  
おせち料理

1月と言えばやっぱり「お正月」！日本人には重要なイベントのひとつです。お正月には、多くの家庭の食卓に色とりどりのおせち料理が並びますが、最近ではホテル・デパート・レストランや料亭の豪華なオリジナルおせちを購入する家庭も増え、年末の台所の風景もだいぶ変わってきました。しかし「難しそう」「大変そう」と思っていた「おせち料理」ですが、実際に作ってみると、意外と簡単に作ることが出来ます。加工済みの食品も上手に取り入れると見栄えの良いものを作ることが出来るので、家族みんなで和気藹々と楽しみながら料理するの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 1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	31		

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。