

<p><b>16</b> Fri 金</p> <p>肉そば風具沢山 鍋焼き『日本そば』 【イカ天ぷら・惣菜二品・炊き込みご飯】</p> <p>カロリー <b>527 kcal</b> タンパク質 脂質 <b>21.0g 17.9g</b></p>	<p><b>15</b> Thu 木</p> <p>大きなかき揚げと油揚げのせうどん鍋 【チキン照り焼き・惣菜二品・ご飯】</p> <p>カロリー <b>439 kcal</b> タンパク質 脂質 <b>13.8g 10.4g</b></p>	<p><b>14</b> Wed 水</p> <p>エビ天ぷらと竹輪天のせ 温か日本そば 【サバ味醂漬け焼き・惣菜二品・ご飯】</p> <p>カロリー <b>452 kcal</b> タンパク質 脂質 <b>21.6g 10.3g</b></p>	<p><b>13</b> Tue 火</p> <p>さつま揚げ・ごぼう・人参のせ醤油ラーメン 【秋鮭甘塩焼き・惣菜二品・ご飯】</p> <p>カロリー <b>438 kcal</b> タンパク質 脂質 <b>18.8g 8.6g</b></p>	<p><b>12</b> Mon 月</p> <p>肉団子のせ具沢山 鍋焼きうどん 【惣菜二品・五目彩りちらし風ご飯】</p> <p>カロリー <b>410 kcal</b> タンパク質 脂質 <b>15.5g 9.1g</b></p>
---	---	---	--	--


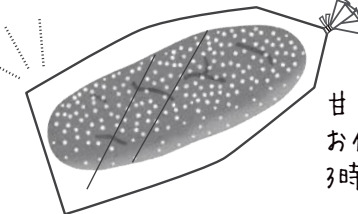
2 日替り 麵処  
(鍋焼きシリーズ)



ご好評につき延長します♪  
11月16日(金)まで  
11月12日(月)~16日(金) 期間限定販売


きなこト三温糖の揚げパン  
※ご予約販売になります。お気軽にお電話ください♪ 1個：98円(税込)

お気軽にご予約ください  
営業時間 **9時~16時**  
\*FAXまたはお電話でご予約ください

甘くて香ばしい、おいしい揚げパンです♪  
お仕事の合間の息抜きに、  
3時のおやつにいかがでしょうか？


毎日のお弁当の写真や最新情報などをお知らせします！  
ハローランチツイッターは左のQRコードからアクセス☆  
または → @HELLO\_\_LUNCH



※白米に変更することも可能です。スタッフにお気軽にお申し付けください。

11月16日(金)は人気の炊き込みご飯の日  
今回は…『季節の筍炊き込みご飯』  
筍を沢山使用した、手造りの美味しいご飯です。ぜひ、ご賞味くださいませ♪

11月 日替りレギュラーメニュー  
お弁当のご注文は毎朝8:45よりお受けしています  
追加のオーダーはお気軽に当社オペレーターまでご相談ください



★QRコードでホームページにアクセス★

<p><b>12</b> Mon 月</p> <p>バターチキンカレーの具材を入れた変わりネタの美味しいハンバーグ チキンカレーinハンバーグと親子玉子とじ煮と俄コロケ デザートりんごヨーグルト和え・カリフラワーサラダ・インゲン甘辛煮・ゆかり和え</p> <p>カロリー <b>432 kcal</b> タンパク質 脂質 <b>20.9g 25.1g</b></p>	<p><b>13</b> Tue 火</p> <p>バランス良く、健康促進のお弁当です 秋鮭甘塩焼きとかき揚げと酢豚豆腐煮 野菜炒め・春雨マヨサラダ・旨塩ブロッコリー・つぼ漬け</p> <p>カロリー <b>378 kcal</b> タンパク質 脂質 <b>15.5g 18.9g</b></p>	<p><b>14</b> Wed 水</p> <p>今週一番のおすすめメニューです！ぜひご賞味ください 特大豚ローストンカツとスパゲティーナポリタン盛合せ もやしナムル風和え・ワカメの酢の物・サイコロ高野豆腐煮・漬物</p> <p>カロリー <b>462 kcal</b> タンパク質 脂質 <b>19.4g 29.2g</b></p>	<p><b>15</b> Thu 木</p> <p>自家製の唐揚げで、衣が薄くヘルシーです 若鶏の唐揚げとタラのムニエルホワイトソースかけ チリピンズ・大根甘酢和え・竹の子おかか煮・チンゲン菜中華和え</p> <p>カロリー <b>414 kcal</b> タンパク質 脂質 <b>20.2g 22.4g</b></p>	<p><b>16</b> Fri 金</p> <p>筍を沢山使用した、手造りの美味しいご飯です 『今日は季節の筍炊き込みご飯』ポークの山賊焼き やわらかイカ天ぷら・筑前煮・切干し大根煮・松前風和え</p> <p>カロリー <b>432 kcal</b> タンパク質 脂質 <b>19.5g 19.6g</b></p>	<p><b>17</b> Sat 土</p> <p>週末のお昼もぜひハローランチをよろしくお祈りします！ スタミナ牛焼き肉と塩カルビ味のメンチカツ お豆とひじきの煮物・大根旨煮・カリフラワー和え・菜の花しめじ</p> <p>カロリー <b>441 kcal</b> タンパク質 脂質 <b>19.9g 21.3g</b></p>
---	--	--	--	--	--

材料入手の関係で多少の変更をさせて頂く場合もございます ※ごはん一食あたりのカロリーは350kcalが目安です

〜真心と感謝〜  
**ハローランチ**  
ハロージャパン東京株式会社  
TEL.03-5839-8600 FAX.03-5839-8601  
※追加オーダーは当社のオペレーターまでお気軽にご相談ください  
※会議用弁当、行楽弁当、オードブル等御予算に応じて調製致します。

食中毒防止ご協力をお願い  
●昼食は配達当日の午後1時迄にお召上がり下さい ●直射日光のあたる場所、極端に温度の高い所、湿気の多いジメジメした場所に置かないでください ●陽の当たらない風通しの良い場所に保管してください  
●若し万が一、開蓋後、異臭、異物、異変など見られた時、即喫食を中止して当店にご連絡下さい

お客様へご協力をお願い  
みそ汁パックをご利用の方へ  
お手数ですがお弁当の容器にお箸・箸のビニール袋・麵処のクリアシートなどをお入れにならないよう、お願い致します。  
150ccのお湯でおいしく召し上がれます。

