2024
6
June

Hello Lunch Delivery

# ハローランチ デリシャス

野菜たっぷりメニュー！

笑顔と健康をお届けします。
地域の旬を、地域の味で！

みそピー唐揚げ

## Monday

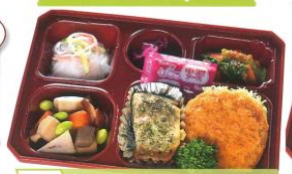
3 チキンステーキ塩レモンソース
熱量 269kcal タンパク質 10.5g 脂質 18.1g 炭水化物 36.6g 食塩相当量 2.7g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ 鮭

10 おろしポン酢かつ
熱量 358kcal タンパク質 11.1g 脂質 16.9g 炭水化物 38.4g 食塩相当量 3.3g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

17 バラエティランチ
熱量 359kcal タンパク質 13.6g 脂質 16.1g 炭水化物 35.5g 食塩相当量 3.0g
使用原料 卵 乳 小麦 エビ

24 ひれかつ
熱量 371kcal タンパク質 17.2g 脂質 17.0g 炭水化物 34.4g 食塩相当量 2.5g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

## Tuesday



4 ジューシー！メンチカツ
熱量 369kcal タンパク質 14.7g 脂質 16.3g 炭水化物 35.6g 食塩相当量 3.0g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

人気メニュー

11 油淋鶏
熱量 321kcal タンパク質 15.4g 脂質 13.4g 炭水化物 28.8g 食塩相当量 3.8g
使用原料 卵 乳 小麦 エビ

18 スパイシー！タンドリーチキン
熱量 339kcal タンパク質 11.2g 脂質 16.2g 炭水化物 19.1g 食塩相当量 3.2g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

25 プルコギ風
熱量 304kcal タンパク質 12.0g 脂質 16.9g 炭水化物 22.3g 食塩相当量 3.8g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

## Wednesday

5 スタミナ焼き肉
熱量 354kcal タンパク質 12.8g 脂質 17.1g 炭水化物 35.3g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

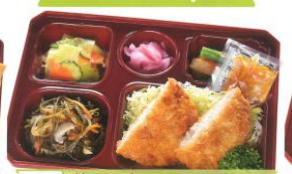
12 昔ながらのハムカツ
熱量 449kcal タンパク質 10.8g 脂質 24.1g 炭水化物 42.7g 食塩相当量 3.1g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

19 胡麻たっぷり！豚しゃぶ風
熱量 377kcal タンパク質 16.6g 脂質 17.1g 炭水化物 35.6g 食塩相当量 3.2g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

人気メニュー

26 みそピー唐揚げ
熱量 389kcal タンパク質 19.7g 脂質 20.5g 炭水化物 27.3g 食塩相当量 3.5g
使用原料 卵 乳 小麦 落花生

## Thursday



6 梅風味のチキンカツ
熱量 359kcal タンパク質 11.7g 脂質 18.6g 炭水化物 32.1g 食塩相当量 3.2g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

13 回鍋肉
熱量 373kcal タンパク質 16.0g 脂質 20.2g 炭水化物 27.8g 食塩相当量 2.9g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

20 柔らかキャベツのメンチカツ
熱量 372kcal タンパク質 9.7g 脂質 15.3g 炭水化物 43.8g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

27 ハンバーグ夏野菜ソース
熱量 387kcal タンパク質 16.2g 脂質 22.4g 炭水化物 31.2g 食塩相当量 2.8g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

## Friday

7 ハンバーグフレンチソース
熱量 372kcal タンパク質 16.1g 脂質 19.5g 炭水化物 34.1g 食塩相当量 2.9g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

14 鶏の竜田揚げ
熱量 383kcal タンパク質 20.1g 脂質 23.0g 炭水化物 22.0g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

21 のりごまチキン
熱量 327kcal タンパク質 14.8g 脂質 15.6g 炭水化物 27.5g 食塩相当量 3.4g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

28 白身魚タルタルフライ
熱量 430kcal タンパク質 18.0g 脂質 19.5g 炭水化物 36.0g 食塩相当量 2.8g
使用原料 卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

## 土曜日はオリジナルメニューをお届けします！

## みんなで止めよう地球温暖化 MY箸を使おう！

ハローランチグループでは
地球資源保護（森林伐採の防止）のため
割り箸の廃止をめざしております。
従来の割り箸の代わりにMY箸で
おいしくハローランチをお召し上がりください。
ご協力をお願いいたします。

## 食事バランスガイド

あなたの食事は大丈夫？

この「食事バランスガイド」は、健康な方々の健康づくりを目的に作られたものです。糖尿病、高血圧などで病院または管理栄養士から食事指導を受けている方は、その指導に従ってください。

## ご飯のカロリー表

お米は国産米を使用しています。

| | 熱量 | 蛋白質 | 脂質 | 炭水化物 |
|---|---|---|---|---|
| ご飯100g | 156kcal | 2.0g | 0.2g | 34.6g |
| 普通盛り230g | 359kcal | 4.6g | 0.5g | 79.6g |
| 大盛り280g | 437kcal | 5.6g | 0.6g | 96.9g |

※普通盛り・大盛りの量は、店舗により異なる場合がございます。（目安として表示しております。）

## 食中毒防止ご協力のお願い

- 昼食は配達当日の午後1時迄にお召し上がりください。
- 陽のあたらない風通しの良い場所に保管してください。
- 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。
- もし万が一、開盖後、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ください。

## 使用している7大アレルギー原料の表示をしています。

卵 乳 小麦 そば 落花生 エビ カニ

- 地域により弁当容器が異なる場合がございます。
- 材料入手の関係で多少の変更をさせていただく場合もございます。
- 地域によって食材の変更をさせていただく場合もございます。
- コロッケやフライなどの身が見えるように切っておりますが実際のお弁当は切らずに盛り付けてある場合がございます。
- 掲載している栄養素は、おかずのみの数値です。（目安として表示しております。）

Q&A
Q.健康管理は？ 栄養バランスを考え、おかずのみのカロリーを表示しています。
Q.美味管理は？ 真心込めた手作りの味。
Q.衛生管理は？ 盛付けにはオリジナルの、使い捨て無菌シートを使用しています。

※ご注文は、FAXまたは電話でお願いします。
●容器の図柄が翌日になる場合もありますのでご了承ください。
●弁当容器は電子レンジにかけないでください。
※掲載した写真の一切の無断転写、複製を禁じます。


全国VCチェーン越本部
〒950-0863 新潟市東区新新町1丁目842-23 （株）ハローランドパン
TEL025-270-6586(代) http://www.hello-japan.co.jp/


VEGETABLE OIL INK
この印刷物は環境に配慮した植物油インキを使用しています。

会議用弁当、行楽弁当、オードブル等ご予算に合わせ調製致します。お気軽にお問い合わせください。


お申し込みは
（株）ユニオンランチ 〒930-0916 富山市向新庄町4丁目1番82号
ハローランチ 富山店 TEL(076)451-8628 451-5111 FAX(076)451-7020
URL：http://www.unionlunch.co.jp
E.mail：mail@unionlunch.co.jp


お申し込み書

| 月 | 1(土) | 2(日) | 3(月) | 4(火) | 5(水) | 6(木) | 7(金) | 8(土) | 9(日) | 10(月) | 11(火) | 12(水) | 13(木) | 14(金) | 15(土) | 16(日) | 17(月) | 18(火) | 19(水) | 20(木) | 21(金) | 22(土) | 23(日) | 24(月) | 25(火) | 26(水) | 27(木) | 28(金) | 29(土) | 30(日) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| デリシャス | 個 | ※ | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | ※ | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | ※ | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | ※ | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | ※ |
| ロイヤル | 個 | ※ | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | ※ | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | ※ | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | ※ | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | 個 | ※ |

お客様名 ご住所 TEL 様

●食数の変更は早めにお願い致します。時間によりお受けできない場合がございます。なおご連絡は間違い防止のためFAXでお願いします。
●金曜日までに申込み書に食数を明記の上、担当係員にお渡しください。また、貴社のお休み日を上記の日付に○印を付していただければ幸いです。