

2019.9



LUNCH MENU

かほくのランチメニュー

ご注文・お問い合わせは【河北食品】まで
TEL.073-454-0223
FAX.073-454-0080

MON - 月 -

TUE - 火 -

WED - 水 -

THU - 木 -

FRI - 金 -

2

さんま塩焼き

つくね揚げ・厚焼き玉子

熱量:400kcal たんぱく質:24.8g 脂質:23.0g 塩分:3.4g

3

チキン南蛮

根菜金平・しぐれ煮

熱量:509kcal たんぱく質:20.7g 脂質:30.9g 塩分:3.2g

4

えびかつ

八宝菜・ひじき煮

熱量:407kcal たんぱく質:20.7g 脂質:23.5g 塩分:3.4g

5

ねぎ塩鶏カツ

紅生姜オムレツ・高野煮

熱量:455kcal たんぱく質:21.3g 脂質:30.8g 塩分:3.2g

6

メンチカツ

さつま野菜天・切干大根煮

熱量:418kcal たんぱく質:15.9g 脂質:16.6g 塩分:3.1g

9

赤魚の西京焼き

豆腐寄せ・ちくわ甘辛炒め

熱量:333kcal たんぱく質:15.8g 脂質:9.1g 塩分:3.5g

10

ハンバーグ

エビフライ・キャベツのドレッシング和え

熱量:438kcal たんぱく質:15.4g 脂質:14.1g 塩分:3.7g

11

イカの天ぷら

麻婆茄子・刻み昆布煮

熱量:391kcal たんぱく質:12.7g 脂質:24.9g 塩分:2.9g

12

鶏のレモン焼き

お好み焼き・がんも生姜醤油煮

熱量:557kcal たんぱく質:29.2g 脂質:34.7g 塩分:3.3g

13

ホッケ塩焼き

つくね大葉巻きハンバーグ・鼈甲煮

熱量:353kcal たんぱく質:14.1g 脂質:17.4g 塩分:2.9g

16

敬老の日

17

シシモフライ

焼売・中華和え

熱量:397kcal たんぱく質:18.5g 脂質:24.8g 塩分:3.5g

18

豚肉生姜焼き

さつま芋素揚げ・煮浸し

熱量:383kcal たんぱく質:23.2g 脂質:19.5g 塩分:3.2g

19

チンジャオロース

美味しい野菜天・金平ごぼう

熱量:366kcal たんぱく質:20.5g 脂質:16.5g 塩分:3.3g

20

ミックスフライ

刻み昆布酢の物・レンコン炒め煮

熱量:443kcal たんぱく質:14.0g 脂質:13.9g 塩分:3.3g

23

秋分の日

24

チキン竜田揚げ

オムレツ・若竹煮

熱量:493kcal たんぱく質:16.0g 脂質:31.3g 塩分:3.2g

25

鯖の塩焼き

コロッケ・竹輪煮

熱量:516kcal たんぱく質:21.1g 脂質:26.1g 塩分:3.2g

26

冷しゃぶ

いわしフライ・じゃが芋カレー煮

熱量:427kcal たんぱく質:19.1g 脂質:26.1g 塩分:3.6g

27

豆腐ハンバーグ

オムレツ・煮浸し

熱量:368kcal たんぱく質:13.0g 脂質:9.2g 塩分:3.2g

30

ロースとんかつ

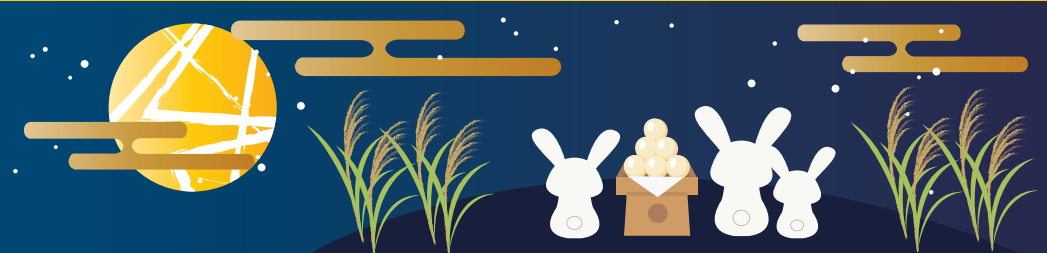
ハムステーキ・チリコンカン

熱量:420kcal たんぱく質:19.9g 脂質:16.9g 塩分:3.6g



～安全なお弁当が届くまで～

当社には、強烈な冷風や真空状態を利用して食材を冷やす機械が合計3台あり、調理した食材を適正な温度まで冷やしてから衛生的に盛付けしています。



お客様の大事な
お食事のために!!

安心・安全・美味しい
真心込めてお届けします!!

★仕入れの状況により、内容が変更する場合があります。ご了承ください。
★栄養カロリーは、おかずのみです。
ご飯は260gで熱量455kcal、たんぱく質6.8g、脂質0.8gです。
★衛生上、お弁当は配達当日の13時までにお召し上がりください。

Kahoku HACCP
株式会社 かほく食品 認証取得工場

<http://www.kahoku-w.com/>