

2020.4

かほくのランチメニュー



LUNCH MENU



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 -

～安全なお弁当が届くまで～

当工場には **金属探知機** を2台設置しています。**安全な商品** をお客様に提供出来るよう全ての商品をチェックしています。



1

イカの天ぷら

つくね大葉巻きハンバーグ・厚焼き玉子

熱量:401kcal たんぱく質:17.8g 脂質:14.9g 塩分:3.3g

2

チキンカツ

中華和え・切干大根煮

熱量:411kcal たんぱく質:3.7g 脂質:15.3g 塩分:3.0g

3

麻婆豆腐

カレーの唐揚げ・ゴマ和え

熱量:407kcal たんぱく質:23.2g 脂質:14.3g 塩分:3.3g

6

メンチカツ

ピザ風春巻き・煮浸し

熱量:425kcal たんぱく質:16.8g 脂質:17.8g 塩分:3.1g

7

鶏の塩ダレ炒め

コロッケ・刻み昆布煮

熱量:501kcal たんぱく質:24.0g 脂質:33.3g 塩分:3.5g

8

エビフライ

大根サラダ・ひじき煮

熱量:419kcal たんぱく質:15.2g 脂質:18.9g 塩分:3.0g

9

豚キムチ炒め

チーズフライ・こんにゃく甘辛煮

熱量:405kcal たんぱく質:20.9g 脂質:2.3g 塩分:3.6g

10



さわらかツ

チキンステーキ・煮浸し

熱量:416kcal たんぱく質:18.5g 脂質:20.1g 塩分:3.2g

13

鶏天

中華炒め・コンソメ煮

熱量:407kcal たんぱく質:20.7g 脂質:22.4g 塩分:3.3g

14

ブラックカレーコロッケ

ビーフン炒め・ナムル

熱量:448kcal たんぱく質:11.3g 脂質:25.9g 塩分:3.4g

15

ハムチーズフライ

肉団子トマト煮・マカロニサラダ

熱量:479kcal たんぱく質:18.9g 脂質:24.2g 塩分:3.5g

16

鯖の塩焼き

鶏の唐揚げ・炒り豆腐

熱量:454kcal たんぱく質:25.5g 脂質:27.6g 塩分:3.5g

17

とんかつ

イカ焼き・スパゲティサラダ

熱量:449kcal たんぱく質:15.1g 脂質:20.2g 塩分:3.5g

20

鱈南蛮漬け

えびかつ・ごぼうの甘辛炒め

熱量:352kcal たんぱく質:15.2g 脂質:10.5g 塩分:3.1g

21

豚の天ぷら

さつま野菜天・ひじきサラダ

熱量:393kcal たんぱく質:15.6g 脂質:27.2g 塩分:3.2g

22

ハンバーグ

プレーンオムレツ・三目煮

熱量:409kcal たんぱく質:16.3g 脂質:18.0g 塩分:3.7g

23

酢豚

春巻き・炊合せ

熱量:442kcal たんぱく質:12.6g 脂質:13.4g 塩分:3.3g

24

白身魚の野菜あんかけ

もちさくポテト・レンコンサラダ

熱量:428kcal たんぱく質:13.1g 脂質:20.0g 塩分:3.0g

27

てりまよフライ

野菜豆腐寄せ・ハンサンスー

熱量:345kcal たんぱく質:6.0g 脂質:7.2g 塩分:2.6g

28

ぶりの照り焼き

ハムカツ・ビーンズサラダ

熱量:462kcal たんぱく質:27.2g 脂質:24.4g 塩分:3.1g

29

昭和の日

30

プルコギ

白身フライ・金平炒め

熱量:451kcal たんぱく質:18.6g 脂質:22.5g 塩分:3.4g

31



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
株式会社 かほく食品
HACCP
認証取得工場

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