

2021. 1

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 -

4

チキンステーキ

コロッケ・切干大根煮

熱量:493kcal たんぱく質:19.8g 脂質:16.3g 塩分:2.9g

5

サーモンフライ

彩り海鮮揚げ・金平炒め

熱量:375kcal たんぱく質:17.8g 脂質:8.6g 塩分:3.1g

6

麻婆茄子

大判唐揚げ・ジャーマンポテト

熱量:514kcal たんぱく質:13.0g 脂質:40.4g 塩分:3.5g

7

玉子サラダ フライ

肉団子・ビーンズサラダ

熱量:451kcal たんぱく質:24.4g 脂質:24.1g 塩分:3.4g

8



鯖の塩焼き

野菜かき揚げ・ひじき煮

熱量:399kcal たんぱく質:16.8g 脂質:16.2g 塩分:3.3g

11

成人の日

12

鶏の照り焼き

コーンコロッケ・鱈甲煮

熱量:403kcal たんぱく質:13.8g 脂質:10.9g 塩分:3.4g

13

ハンバーグ

プレーンオムレツ・マカロニサラダ

熱量:469kcal たんぱく質:17.7g 脂質:20.8g 塩分:3.6g

14

あじフライ

山芋焼き・ブロッコリーかにかまあん

熱量:347kcal たんぱく質:16.3g 脂質:10.7g 塩分:3.0g

15

マグロカツ

焼売・ビーフン炒め

熱量:389kcal たんぱく質:14.9g 脂質:18.3g 塩分:3.1g

18

豆腐ハンバーグ

イカフライ・若竹煮

熱量:463kcal たんぱく質:14.4g 脂質:28.4g 塩分:3.5g

19

豚肉の スタミナ炒め

鱈の天ぷら・ポテトサラダ

熱量:399kcal たんぱく質:16.9g 脂質:19.1g 塩分:3.1g

20



とんかつ

お浸し・切干大根煮

熱量:382kcal たんぱく質:17.7g 脂質:12.6g 塩分:3.0g

21

鶏天 チリソースがけ

絹こし豆腐・三目煮

熱量:312kcal たんぱく質:18.3g 脂質:9.5g 塩分:2.9g

22

メンチカツ

白身魚塩焼き・コールスローサラダ

熱量:393kcal たんぱく質:21.8g 脂質:18.9g 塩分:3.0g

25

カニ風味 グラタンフライ

つきこん金平・ふきおかか煮

熱量:418kcal たんぱく質:10.0g 脂質:10.4g 塩分:3.1g

26



鶏の唐揚げ

八宝菜・シルバーサラダ

熱量:546kcal たんぱく質:21.1g 脂質:34.5g 塩分:3.0g

27

エビフライ

ナムル・イタリアンスパゲティ

熱量:348kcal たんぱく質:13.8g 脂質:14.8g 塩分:3.5g

28

春巻き

白身フライ・チャプチェ

熱量:401kcal たんぱく質:12.2g 脂質:20.8g 塩分:3.6g

29



鰯南蛮漬け

ブラックカレーコロッケ・刻み昆布煮

熱量:378kcal たんぱく質:16.1g 脂質:18.4g 塩分:3.5g

～安全なお弁当が届くまで～

当工場には**エアシャワー室**を完備しています。
全身に風を浴びることで、作業着の付着した
ほこりや髪の毛を除去し、異物混入を防ぎます。

あけましておめでとうございます。
旧年中は色々とお世話になり、
誠にありがとうございました。
本年も宜しくお願い申し上げます。



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

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