3 月　　ランチメニュー

広島駅弁当ホームページにもカラー掲載しております！
こちらのワードで検索！

広島駅弁当　検索

■表示カロリーには、ご飯のカロリー（普通：３３０kcal、大盛４２０kcal）は含まれておりません。
■栄養成分値は、献立作成時の計算値であり、材料・調理状況により差異が生じる場合があります。
■仕入れの関係上、メニューの内容が変わる場合もございますので、予めご了承ください。
■お弁当には、小麦・そば・卵・乳・落花生・えび・かにを含む場合がございます。
■写真はイメージです。

■ごはんは「国産米」を使用しています。
■お弁当は温度の低い場所で保管いただき、お早目にお召し上がり下さい。
■ピンクの文字は、料理研究家沖光光子先生監修メニューです。

3月3日は【桃の節句】です。
3月4日のメニューに【桜餅】をデザートとして取り入れています！！
ぜひ、ご賞味下さい。

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1 豚ヒレカツ ～おろしポン酢～ 大豆と豚ミンチのとろみ煮 409kcal　塩分4.1g	2 鶏肉の旨煮 お休み （配達ご予約の方のみ）
3 おまかせメニュー お休み （配達ご予約の方のみ）	4 チキン南蛮 いわしの梅煮 桜餅 505kcal　塩分2.0g	5　菜飯 甘辛牛ごぼう ミニオムレツ～トマトソース～ ひじきの煮物 249kcal　塩分2.7g	6 牛肉コロッケ　ブリ大根 法蓮草錦糸卵和え 347kcal　塩分4.4g	7 エビフライ ～タルタルソース～ 特製ビーフカレー 413kcal　塩分3.0g	8 鶏肉のさっぱり煮 白身フライ～オーロラソース～ 青梗菜の煮浸し 386kcal　塩分3.3g	9 豚塩タレ炒め お休み （配達ご予約の方のみ）
10 おまかせメニュー お休み （配達ご予約の方のみ）	11 鶏の唐揚げ ＆カニクリームコロッケ 特製やきそば 489kcal　塩分3.3g	12　ひじきご飯 アジフライ 豚肉じゃが マカロニサラダ 387kcal　塩分2.9g	13 鶏と野菜の和風風味 豆カレー かぼちゃサラダ 438kcal　塩分3.0g	14 肉団子の卵中華あん プルコギ ひじきとニラの煮物 338kcal　塩分2.7g	15 豆腐ハンバーグ ～ぽん酢ジュレ～ 野菜トマト煮 199kcal　塩分3.0g	

広島ヘルスケアフーズ

ご注文はこちらから
082-885-9234

３ 月　　ランチメニュー

■表示カロリーには、ご飯のカロリー（普通：３３０kcal、大盛４２０kcal）は含まれておりません。
■栄養成分値は、献立作成時の計算値であり、材料・調理状況により差異が生じる場合があります。
■仕入れの関係上、メニューの内容が変わる場合もございますので、予めご了承ください。
■お弁当には、小麦・そば・卵・乳・落花生・えび・かにを含む場合がございます。

■ごはんは「国産米」を使用しています。
■お弁当は温度の低い場所で保管いただき、お早目にお召し上がり下さい。
■ピンクの文字は、料理研究家沖光光子先生監修メニューです。
■写真はイメージです。

広島駅弁当ホームページにもカラー掲載しております！
こちらのワードで検索！

広島駅弁当　検索

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						16 鶏肉のカレー唐揚げ お休み （配達ご予約の方のみ）
17 おまかせメニュー お休み （配達ご予約の方のみ）	18 チーズチキンカツ ＆ハムカツ 菜の花のチャンプル 428kcal　塩分3.6g	19　鶏飯 サバの唐揚げ ～みそれあんかけ～ 中華かに玉 301kcal　塩分2.1g	20 豚の生姜焼き イカ天～オーロラソース～ 菜の花の卵とじ 352kcal　塩分4.0g	21 さわらの柚子庵焼き お休み （配達ご予約の方のみ）	22 豚ヒレカツ ～トンカツソース～ 竹輪の磯辺天 406kcal　塩分2.6g	23 牛肉コロッケ お休み （配達ご予約の方のみ）
24 おまかせメニュー お休み （配達ご予約の方のみ）	25 鶏肉の大豆トマト煮込み 厚揚げの卵とじ 青梗菜ツナ煮 417kcal　塩分3.0g	26　かやく ご飯 鶏天～中華だれ～ 豚肉チリソース炒め 法蓮草炒め 428kcal　塩分3.2g	27 スタミナ炒め 揚げ餃子 春雨の酢の物 305kcal　塩分3.2g	28 鯵のケチャップ照焼ソース 豚肉と白菜の味噌炒め じゃが芋とおくらの明太サラダ 319kcal　塩分2.7g	29 エビフライ＆ハンバーグ ～シャリアピンソース～ ハッシュドビーフ 376kcal　塩分2.8g	30 唐揚げ＆焼売 お休み （配達ご予約の方のみ）
31 おまかせメニュー お休み （配達ご予約の方のみ）						

広島ヘルスケアフーズ

ご注文はこちらから
082-885-9234